என்றும் உங்களுடன்

மங்கையர் மலர்

பெட்டகம் 1

பெட்டகம்-2 கேட்டு வாங்குங்கள்

ரூ.16/-

MANGAYAR MALAR - OCTOBER 2005

196 + 32 பக்கங்கள்



32 பக்க
இலவச இணைப்பு

கொலு டிப்ஸ் 101

கொலுவுக்கு வாங்க...

தீபாவளிக்கு எந்த கலர் பட்டு?



நீங்கள் பட்டில் இதுவரை பார்த்திருக்கவே முடியாத அபூர்வமான கலர்கள்தான் ஆரெம்கேவியின் தீபாவளி பட்டுகளின் சிறப்பம்சம். 50,000 வெவ்வேறு கலர்களைப் பட்டில் முதன் முதலில் உருவாக்கிய தொழில்நுட்பம் எங்களிடம் உள்ளதால் அவற்றில் அபூர்வ கலர்கள் பலவற்றை தேர்ந்தெடுத்து எங்கள் டிசைன் ஸ்டுடியோ மூலம் விசேஷ தீபாவளி ஸ்பெஷல்களை உருவாக்கி இருக்கிறோம்.

யாருமே அணிந்திராத அபூர்வ கலர் பட்டில் இந்த தீபாவளிக்கு ஜொலித்திடுங்கள்.

RmKV

Indha colour Promise

எல்லா கலர் பட்டும் ஆரெம்கேவியில் மட்டும்

பனகல் பார்க், சென்னை Ph 044-281 44445 | வடக்கு ரத வீதி, திருநெல்வேலி Ph 0462-2333105 | www.rmkv.com



GOLD WINNER FOR HEALTH

G for h

ஆரோக்கியமான வாழ்விற்கு ஒரு சுவையான வழி.

இலட்சக்கணக்கான குடும்பங்கள் ஆரோக்கியம் மற்றும் சந்தோஷம் நிறைந்த வாழ்விற்கு ஒரு சுவையான வழியை கடைப்பிடிக்கின்றனர். அதுதான் கோல்ட்வின்னர் ரிஃபைண்ட் சூரியகாந்தி எண்ணெய். இல்லந்தோறும் சுவையான சமையலின் அங்கமான கோல்ட்வின்னர், சர்வதேச தொழில்நுட்பத்துடன் மிகச் சிறந்த தரக்கட்டுப்பாடு முறைகளால் தயாரிக்கப்படுகின்றது. இதிலிருக்கும் இன்றியமையாத அமில சத்துக்கள் உங்களை ஆரோக்கியத்துடனும் பொலிவுடனும் வைத்திருக்கின்றன. இதையே நாங்கள் **G for h** என்கிறோம். அதாவது கோல்ட்வின்னர் ஃபார் ஹெல்த்.



Gold Winner®

முதலில் பார்க்க...

KGEYES வழங்கும்
வீரு! - பக். 8

இந்த மாத
துணுக்கு ராணி - பக். 140

மெகா போட்டி - பக். 119

போஸ்ட் கார்டு கட்டுரை - பக். 79

OKJ மணிமங்கை
ரூ .25,000/-
தங்க நகை யாருக்கு...
- பக். 63

என்றும் உங்களுடன்

மங்கையர் மலர்

அக்டோபர் 2005
மலர் : 25 இதழ் : 9



பக். 10

இலவச இணைப்பில்
101
கொலு டிப்ஸ்



பக். 181



கைவேலை

புடைவை
எம்பிராய்டரி,
தொங்கும் மயில்,
கதகளி பொம்மை
பக். 22



நவம்பர் 2005
தீபாவளிச் சிறப்பிதழ்
இந்தத் தீபாவளியை மங்கையர் மலருடன் கொண்டாடுங்கள்!
101
பட்சண வகைகள்
இனிப்பும் காரமுமாக உங்களைத் திக்குமுக்காட வைக்கப் போகின்றன!
லேகியமும் உண்டு!
3 புத்தகங்கள்

இதை... இதை... இதைத்தான்!

உங்களுடன்

நவராத்திரி விழாவுக்காகப் பெரியவர்கள் செய்யும் ஏற்பாடுகள் ஒருபுறம், கொலுவில் இம்முறை வைக்க வேண்டிய கருத்து புதுமையாக இருக்க என்னவெல்லாம் செய்யலாம் என்று தனது பள்ளித் தோழர்களோடு ஆலோசனை நடத்தும் சிறுவர்கள் மாநாடு ஒருபுறம், தொலைக்காட்சிப் பெட்டியில், நண்டும் சிண்டுமாகப் பாடுவதைக் கண்ட ஆர்வத்தில் இம்முறை கொலுவில் எல்லா வீடுகளிலும் போய்ப் பாடியே தீருவது என்று முனைந்திருக்கும் சிறுமியர் கூட்டத்தின் சாதக மாநாடு, இப்படிக் களைகட்டி விட்டது கொலு விழா!

தமது மூன்று வயதுச் சிறுவனுக்குப் பத்து நாளும் பெண் குழந்தையாக அலங்காரம் செய்யப் போவதாகக் கூறிய தாயின் பெருமிதத்தில், யசோதை தெரிந்தாள். மரப்பாச்சி அலங்காரத்தை செய்து தரும்படி அன்புடன் மருமகள் கேட்டுக் கொண்டதை எண்ணி எண்ணி மகிழும் மாமியாரின் மகிழ்ச்சியில், கௌசலை தெரிந்தாள். இரண்டு புது வேட்டியைக் கையில் தந்து, சிரித்தபடியே பழைய வெள்ளை வேட்டியைக் கொலுப்படிக்குப் போடத் தருமாறு கேட்ட மகன் முகத்தில் குறும்புக்காரக் கண்ணன் தெரிந்தான்.

''நான்தான் மலை கட்டுவேன், நான்தான் பார்க்'' என்று போட்டி போடும் சகோதரர்களில், கந்தனையும், கணபதியையும் காண முடிந்தது! டேபிள் ஃபானின் மூடியைக் கழற்றி அதில் ஜரிகை ஒட்டிய அட்டைச் சூரியனை ஒளிவட்டமாகப் பெருமாளுக்குப் பின்னால் சுழல விட்ட கல்லூரி இளைஞனது முகத்தில், மச்ச யந்திரத்தை அடித்த விஜயனது வெற்றிப் புன்னகை! ஆர்வத்தோடு வந்து சூழும் சிறுமியருக்குத் தட்டிலே கலர்க்கோலம் போடச் சொல்லித் தரும் ராயர் மாமியைப் போலத்தான் துரோணாச்சாரியர் மகிழ்ந்திருப்பாரோ?

திடீர்க் கூந்தலை எப்படிப் பாப் தலையில் விழாமல் கட்டி வைப்பது, எப்படிக் குஞ்சம் வைத்துப் பின்னிப் பூச்சூட்ட வேண்டும் என்ற தலையாய பிரச்னைகளில் தீர்வு காணத் தாய்மார்கள் காட்டிய ஆர்வம்! வெளிச்சத்தையே காணாமல் இரும்பு பீரோவில் பல வருடங்களாகச் சிறைப்பட்டிருந்த பட்டுப் புடைவைகளுக்கு, இந்தக் கொலு ஆகஸ்ட் பதினைந்தாக மலரும் என்று யாராவது நினைத்திருப்பார்களா?

மாறிவரும் உலகில், பழமை நசிந்து விடாமல் எப்படியாவது புதுப்பிக்க வேண்டும் என்ற தீவிரத்தோடு முனைந்துள்ள நல்ல உள்ளங்களின் முயற்சிகளே, இந்த முறை நவராத்திரியில் காணுகின்ற மிகப் பெரிய ஆக்கபூர்வமான உணர்வு! உந்துதல்! ஒரே பாட்டை எல்லா வீடுகளிலும் கோரஸாகப் பாடிக் கண்டல் வாங்கிக் கொண்டு மகிழ்ந்தது அந்தக் காலம்! இப்போதோ ஒத்திகை வேறு! 'ஒருவேளை



ரேவதி சங்கரன்

மங்கையர் மலர்
(கல்கி நிறுவன வெளியீடு)

பரதன் பப்ளிகேஷன்ஸ் பிரைவேட் லிமிடெட்டிற்காக பரதன் அச்சகத்தில்
அச்சிட்டு வெளியிடுபவர் :
கி.ராஜேந்திரன்

கல்கி பில்டிங்க்ஸ்,
47-N.P., ஜவாஹர்லால் நேரு சாலை,
ஈக்காடுதாங்கல், சென்னை -32

ஆசிரியர் :
ரேவதி சங்கரன்

உதவி ஆசிரியர் :
சாந்தி ரங்கராஜன்

தொலைபேசி :
22251522, 22250623, 22251324
தொலைநகல் :
044 - 22251021
மின்னஞ்சல் :
ஆசிரியர் குழு :
mangayarmalar@kalkiweekly.com
சந்தா பிரிவு :
subscription@kalkiweekly.com
பிற தகவல்களுக்கு :
info@kalkiweekly.com
மங்கையர் மலர்
இன்டர்நெட் முகவரி :
www.mangayarmalaronline.com
சந்தா விவரம் :
உள்நாடு :
ஒரு வருடம் : ரூ.200/-
ஆறு மாதம் : ரூ.100/-
வெளிநாடு (விமானத்தபால்) :
ஒரு வருடம் : **37.50 யு.எஸ். டாலர்**
இலங்கை : ரூ.915/-

Bharathan Publications Private Limited,
Kalki Buildings,
47-NP, Jawaharlal Nehru Road,
Ekkaduthangal, Chennai - 600 032.

இந்தியாவின் நெ.1 மகளிர் இதழ் : மங்கையர் மலர்

ஏ.ஆர். ரஹ்மான் கேட்டால் உடனடி வாய்ப்புத் தருவார்' என்ற ஆர்வத்தோடு, பிஞ்சுகளுக்கு அம்மாமார்கள் தரும் பயிற்சி! அப்படி ஒரு ஒத்திகையில் நான் அமர்த்தப்பட்டேன். ஆரம்பத்தில் தைரியமாக 'வரவீணாவைப்' பாடத் தொடங்கிய ஐந்து வயதுக் குழந்தை, 'சுருசிர'வில் தயங்கித் தயங்கி விழிக்க, உடுக்கை இழந்தவன் கை போல அடியெடுத்துத் தந்து உதவியது தாயோ அல்லது பாட்டு டீச்சரோ இல்லை! அந்தச் சிறுமியை தினமும் பாட்டு வகுப்புக்கு அழைத்துச் செல்லும் ஒன்பது வயது சரசு, அந்த வீட்டில் வேலை செய்யும் கற்பகத்தின் மகள்! ச்ருதி சுத்தமாக, ''சுருசிர பம்பர வேணி... சுரனுத கல்யாணி!'' பேச்செழாத ஆச்சரியத்தில் நாங்கள்! தலையை ஆட்டியபடி குழந்தையும் சரசுவும் இரு குரலிசை! இசை என்னும் இன்ப வெள்ளத்தில் மிதந்தபடி அந்த இருவர் மட்டுமே!

உடனடியாக ஒரு தீர்மானம் நிறைவேற்றப்பட்டது அங்கே! ''என் மகளோடு சரசுவும் பாட்டு வகுப்புக்குத் துணையாக மட்டுமல்லாமல், பாட்டு கற்றுக் கொள்ளவும் போக வேண்டும்! அதற்கான செலவு என் பொறுப்பு!'' - இது அந்த இளம் தாய்! சரசுவுக்கு இலவசமாகப் பாட்டுச் சொல்லித் தருவது என் கடமை'' என்ற கணீர்க்குரல் பாட்டு ஆசிரியையினுடையது! இந்தக் காட்சியைக் காணும் பேறு எனக்கு! இம்முறை விஜயதசமியின் போது ஒரு சிறிய (சீரிய) கடமையைத் தொடங்கினால் என்ன? பள்ளிக்கூடமோ கல்லூரியோ கட்ட வேண்டாம்! அவரவர் வீட்டு வேலைக்காரர்களுடைய குழந்தைகளது நலனில் அக்கறை காட்டி அவர்களது படிப்புக்கு உதவும் வகையில், சீருடையோ, பள்ளிக் கட்டணமோ, புத்தகங்களோ, பேருந்துச் சீட்டோ ஏதாவது ஒரு வகையில் மனமுவந்து உதவினால் போதும்! உங்களது குழந்தைகளும் மனிதநேயத்தின் இனிமையை பெருமையை, அது தரும் நிறைவினைத் தானாகவே புரிந்து கொள்வார்கள். அடுத்த தலைமுறையைப் பற்றி நீங்களோ நானோ, யாருமே கவலை கொள்ள வேண்டாம்! மனிதநேய மழையில் தழைத்துச் செழிக்கும் தலைமுறைகள்!

வாழ்க வளமுடன்! வாழ்க வையகம்!

Superfragrant

As per BIS. IS:2888-1983.



உத்திரவாதமான மேனிப் பராமரிப்பு
தலைமுறை தலைமுறையாக

50 ஆண்டுகளுக்கும் மேலாக, மேனிப் பராமரிப்பில் சிந்தால் நம்பகமான சோப் என்று தொன்றுதொட்டு பெயர் பெற்றுள்ளது. சிந்தால் சோப் மேனியின் எழிலை மேம்படுத்துகிறது. இதன் ஒப்பற்ற நறுமணம் நாள் முழுவதும் நீடித்து உங்களை புத்துணர்வுடன் வைக்கும். எனவே சிந்தால் பல தலைமுறைகளாக விசுவாசமான வாடிக்கையாளர்களை உருவாக்கியதில் ஆச்சரியமில்லை.



மேனிப் பராமரிப்பு என்றென்றும்

என்றும் உங்களுடன்

மங்கையர் மலர்

என் இனிய



ஸ்கின் டோர்,
டீக் ஃப்ளஷ் டோர்,
பேனல் டோர், தஞ்சாவூர் ஆர்ட் டோர்,
டிசைன் ஃப்ளஷ் டோர், க்ரில் டோர்,
பூஜா ரூம் டோர், டீக் உட் டோர்.

மங்கையர் மலர்
கோலாகல வெள்ளி விழா

போட்டி கூப்பன் - அக்டோபர் '05

KGEYES
KGEYES RESIDENCY PVT LTD.

படத்தில் உள்ள கதவுகளை வகைப்படுத்தி எழுதவும்.

1. ....
2. ....
3. ....
4. ....
5. ....
6. ....
7. ....
8. ....

பெயர் : .... வயது : ....
முகவரி : ....
தொலைபேசி : .... மின்னஞ்சல் : ....

KGEYES

KGEYES RESIDENCY PVT LTD.

இணைந்து வழங்கும்
10 மாதப்
போட்டி

இல்லம்



போட்டி 7

சிக்கனக் குடும்பம், 'சிக்'கென்ற வீடு!

வீடு 'சிக்'கென்று இருக்க வேண்டுமானால்
சிக்கனம் அவசியம். வேற என்ன வேண்டும் எழுதுங்கள்!

போட்டி விதிமுறைகள் :

- மாதம் ஒரு போட்டித் தலைப்பும், மாதம் ஒரு கூப்பனும் 10 மாதங்களுக்குத் தொடர்ந்து இங்கு இடம்பெறும்.
- வாசகிகள் பத்து மாதங்களும் தொடர்ந்து இப் போட்டியில் கலந்து கொள்ள வேண்டும்.
- பத்தாவது மாத இறுதியில் அனைத்துப் போட்டிகளுக்கும் உண்டான விடைத்தாள்களையும் மொத்தமாக அறிவிக்கப்படும் கடைசி தேதிக்குள் அனுப்ப வேண்டும்.
- போட்டியில் வழங்கப்பட்டிருக்கும் KGEYES போட்டிக் கூப்பனையும் சேர்த்து வைத்து கூப்பனில் கேட்கப்பட்டிருக்கும் கேள்விக்கான பதிலையும் அதிலேயே நிரப்பி மொத்தக் கூப்பன்களையும் பத்தாவது மாத முடிவில் அறிவிக்கப்படும் இறுதித் தேதிக்குள் விடைத்தாள்களுடன் இணைத்து அனுப்ப வேண்டும்.
- போட்டியும் பரிசும் வருமான வரி விதிமுறைகளுக்கு உட்பட்டது.
- தேர்வு செய்யப்படும் விடைத்தாள்களிலிருந்து 5 இல்லத்தரசிகளின் வீட்டிற்கு மங்கையர் மலர் மற்றும் KGEYES குழு படையெடுக்கும்.
- இறுதியாக ஒருவர்க்கு மட்டும் வீடு பரிசு!
- பரதன் பப்ளிகேஷன்ஸ் நிறுவனத்தில் பணிபுரியும் ஊழியர்கள் மற்றும் அவர்தம் உறவினர்கள் இந்தப் போட்டியில் பங்குகொள்ள வாய்ப்பில்லை.
- ஆசிரியர் தீர்ப்பே இறுதியானது.

தாயாகப் போகும் பெண்ணே! தங்கச்சி கண்ணே!

ஜெயசித்ரா, அண்ணாநகர்.

பெண்ணின் பிரசவத்திற்குப் பிறகு இழந்த அழகை திரும்பப் பெற அவளுடைய வயிறும், மார்பகங்களும் பழைய நிலைக்குத் திரும்ப, எளிய முறையில் வீட்டில இருந்தபடியே, செய்யக் கூடிய உடற்பயிற்சி தந்தால், என் போன்றவர்கள் மிக மிகப் பயனடைவோம்.

ஒரு பெண், குழந்தை பெற்ற பிறகு, அழகை இழக்கிறாள் என்பது தவறான கருத்து. குழந்தை பெற்ற பிறகு, முழு அழகை அவள் பெறுகிறாள் உடல்ரீதியாக! வயிறு பெருத்து தசைநார்கள் விரிவடைவது சகஜம். மார்பகங்கள் பெருத்து



தாய்மை அழகானது!

குழந்தைக்குப் பால் கொடுத்த பிறகு, துவண்டுவிடும். இதற்குச் சில உடற்பயிற்சிகள் உண்டு. அவற்றை வீட்டிலேயே செய்து கொள்ளலாம். (அதற்கான படங்கள் பெட்டிச் செய்தியில் கொடுக்கப்பட்டுள்ளன).

தாய்மை வெல்க!
அக்டோபர் 2005

கோமளம், கோவை.

என் மருமகளுக்குக் கல்யாணமாகி நான்கு வருடமாகியும், குழந்தைப்பேறு இல்லை. அவள் வயதுக்கும் வரவில்லை. அவளுக்கு வயது 30. கணவனுக்கு வயது 31. தீட்டே ஆகாததால் குழந்தை பாக்கியம் ஏற்படுமா என்று தெரியவில்லை?

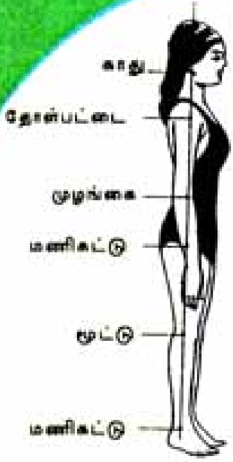
ஒரு பெண் வயதுக்கு வரவில்லையென்றால் கர்ப்பப்பை இருக்கிறதா, இல்லையா என்பதைச் சோதித்துப் பார்க்க வேண்டும். இருந்தும் சரியாகச் செயல்படவில்லையா, கருவகம் இருக்கிறதா, கருமுட்டை மாதந்தோறும் வருகிறதா என்பதை அறிய வேண்டும். அதற்கு நீங்கள் அவளுடைய இனக்கீற்று (XX) குரோமோசோம் சரியாக உள்ளதா மற்றும் ஸ்கேன் மூலம் கருப்பை இருக்கிறதா, கருவகம் இல்லையா என்பதைப் பார்க்க வேண்டும். மேலும் டயகனோஸ்டிக் லேபரஸ்கோப்பி



பதில் சொல்கிறார்:

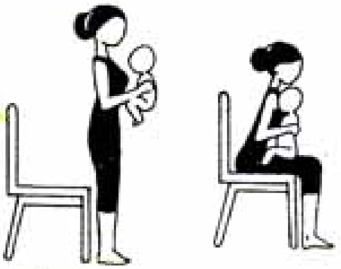
டாக்டர் கமலா செல்வராஜ்

பிரசவத்திற்குப் பின் செய்ய வேண்டிய எளிய உடற் பயிற்சிகள் :



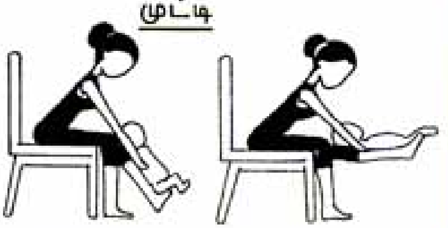
உடலின் சரியான நிலைகோடல்

இடுப்பு, தொடை



மூச்சை உள்ளிழுக்கவும் — வெளிவிடவும்

முட்டி



மூச்சை உள்ளிழுக்கவும் — வெளிவிடவும்

கால்கள்



மூச்சை உள்ளிழுக்கவும் — மூச்சை வெளிவிடவும்

அதாவது தொப்புள் வழியாக (ஸ்கோப்) கருப்பை, இருக்கும் இடத்தில் என்ன இருக்கிறது? இனச்சேர்க்கை உள்ள இடம் சரியாக உள்ளதா? என்பதை அறிந்து கொண்டுதான் மருத்துவம் செய்ய முடியும். பெண்மைத் தோற்றத் துடன் இருக்கலாம். அதற்கு 'X' என்ற ஹார்மோன் என்று ஒன்று இருந்தால் போதும்!

ஸ்ரீதேவி, கன்னியாகுமரி.

பத்து மாதம் உடலையும், குழந்தையை யும் பேண, எந்தவிதப் பயிற்சி, உணவு, மருத்துவ சிகிச்சை எடுத்துக் கொள்ள வேண்டும்?

ஒரு பெண் மணமான பின்பு, மாத விடாய் தள்ளிய உடனேயே மருத்து வரிடம் சென்று இரத்தப் பரிசோதனை செய்து கர்ப்பமா? இல்லையா? என் பதைத் தெரிந்து கொள்ள வேண்டும். அப்படி கர்ப்பம் என்றால் 38-39 நாளில் ஸ்கேன் செய்து கர்ப்பப்பையினுள் கரு பதிந்துள்ளதா என்பதை அறிந்து கொள்ள வேண்டும்.

45 முதல் 50 நாளில் துடிப்பு (ஹார்ட் பீட்) வந்துள்ளதா என்பதைப் பார்த்துக் கொள்ள வேண்டும். 15 நாட்களுக்கு ஒரு முறை ஸ்கேன் செய்து துடிப்பு இருக் கிறதா, இல்லையா என்பதை அறிந்து கொள்ள வேண்டும்.

12 வாரத்திற்குள் ஸ்கேன் செய்து தலை சரியாக வளர்ந்துள்ளதா என் பதைத் தெரிந்து கொள்ள வேண்டும். (Ist trimester) முதல் மூன்று மாதத்தில் இவை அனைத்தையும், தெரிந்து கொள்ள வேண்டும். 12 வாரத்தில் இருந்து, 20வது வாரம் வரை IInd trimester, 20-திலிருந்து குழந்தைப் பேறுகாலம் வரை IIIrd trimester

IInd trimester-ல் இரத்தக் கொதிப்பு, சர்க்கரை வியாதி, ரத்த வகை (Rh பிரிவு) ஹெபிடைட்டிஸ்-பி என்ற மஞ்சள் காமாலை நோய், எயிட்ஸ், பால்வினை நோய் இருக்கிறதா என்பதைத் தெரிந்து கொள்ள வேண்டும். மாதத்திற்கு ஒரு முறை சிறுநீரை எடுத்து சர்க்கரை நோய், இரத்தக் கொதிப்பு இருக்கிறதா, இல் லையா என்று தெரிந்து கொள்ள

வேண்டும். மாதத்திற்கு ஒரு முறை ஸ்கேன் செய்து குழந்தையின் வளர்ச்சி சரிவர உள்ளதா, இல்லையா என்பதையும், குழந்தை வளர்வதில் கோளாறு உள்ளதா என்பதையும் அறிந்து கொள்ள வேண்டும். நஞ்சு சரியாக இருக்கிறதா, பிறக்கும் பாதையில் அமைந்துள்ளதா என்பதைத் தெரிந்து கொள்ள வேண்டும். பச்சைக் காய்கறிகள் முட்டை, பால், பழங்கள், கீரை வகைகள் போன்ற சத்துள்ள ஆகாரங்கள் உண்ண வேண்டும். இதற்கு மேலும் (அயர்ன், கால்ஷியம், ஃபோலிக் ஆசிட்) இரும்புச்சத்து, சுண்ணாம்புச்சத்து, இவற்றை மூளை வளர்ச்சிக்கு உட்கொள்ள வேண்டும்.

மாலதி, கடலூர்.

தாய்மைப்பேறு அடைவது தைராய்டு சுரப்பியின் ஹார்மோன்களின் எண்ணிக்கையைப் பொறுத்துதான் அமையுமா? மாதவிலக்கு சரியாக இல்லையென்றாலும், தாய்மைப்பேறு அடைய முடியுமா? அப்படியிருந்தால், அதனைச் சரி செய்ய முடியுமா? உணவு விஷயத்தில் மாறுதல் செய்ய வேண்டுமா? என்னென்ன உணவுகள் கொடுக்கலாம்? எதனைத் தவிர்க்கலாம்? தயவுசெய்து விளக்கமாகக் கூறுங்கள் டாக்டர்.

தைராய்டு சுரப்பி நமது கழுத்துக்கு முன் பகுதியில் உள்ளது. இது நமது உடல்வாகை பல வகைகளிலும் பேணிக்காக்கிறது. தைராய்டு டி3, டி4, டிஎஸ்எச், என மூன்று சுரப்பிகளைச் சுரக்கும். தைராய்டு குறைவாகச் சுரப்பதும், அதிகமாகச் சுரப்பதும் ஃப்ரீ டி4 மற்றும் டிஎஸ்எச்ல் இவற்றில் தெரியும். **ஹைப்போ தைராய்டிசம்** என்றால் குறைவாகச் சுரக்கிறது என்று பொருள். இது கர்ப்பம் ஆவதைத் தடுக்கும். ஏனென்றால் சுரப்பி நீர் எல்எச், எப்எஸ்எச், சீரம் புரொலாக்டின் போன்றவற்றைப் பாதிக்கும். இதனால் கருமுட்டை சீராக வளராது. இவர்கள், உடல் பருத்து, சுறுசுறுப்பு இல்லாமல் சோம்பேறித்தனமாக இருப்பார்கள். முடி உதிரும். புருவமுடி கூட உதிரும். இவர்களுக்கு குரல் கனத்து, தோல் சொரசொரப்பாகவும் நீர் போகும் சக்தி



குறைந்து இது மாதிரி சில உபாதை களோடு குழந்தைப்பேறில்லாமலும் இருக்க நேரிடும். ஹைப்போ தைராய்டிசம் உள்ளவர்கள் முட்டைகோஸ், முள்ளங்கி தவிர்க்க வேண்டும். இதற்கு தைராய்டு மாத்திரைகளைச் சாப்பிட வேண்டும்.

ஹைப்பர் தைராய்டிசம்: தைராய்டு ஹார்மோன் அதிகமாகச் சுரக்கும். இதனால் படபடப்பு, நாடித் துடிப்பு, இரத்தக் கொதிப்பு அதிகமாகும். கண் வெளியே பிதுங்கிக் கொண்டு இருக்கும். இதற்கு எதிர்ப்பு சக்தி உள்ள மாத்திரைகளை உட்கொள்ள வேண்டும்.

மீனாட்சி,

எனக்குத் திருமணமாவதற்கு முன்பு 28 நாட்களில் மாதவிடாய் வந்தது. இப்பொழுது 33, 34 நாட்கள் வீதம் தள்ளிப் போய் வருகிறது. சிறுநீரகப் பரிசோதனை செய்தால் கர்ப்பம் இல்லை என்று வருகிறது. அதற்குச் சரியான பரிசோதனை இருந்தால் சொல்லுங்கள்..?

சாதாரணமாக ஒரு பெண்ணிற்கு கல்யாணமான பிறகு நிறைய மாறுதல்கள் உண்டாகும். சுற்றுப்புறச் சூழ்நிலை, இனச்சேர்க்கை, கணவன், மனைவிக்குள்ள வேறுபாடுகள் இவற்றால் மாதவிடாய் நிறையப் பேருக்கு மாறி வருவது சகஜம். மணமான பெண்ணிற்கு, ஒவ்வொரு மாதமும் மாதவிடாய் தள்ளிப் போகும் பொழுது, கர்ப்பமா என்று தெரிந்து கொள்வது நல்லது. இதற்கு சிறுநீரகப் பரிசோதனையை விட, இரத்தப் பரிசோதனை செரிம்-பி.எச்.சி.ஜி. செய்வது நல்லது. இதில்தான் சரியாகத் தெரியும். மணமாகிய புதிதில் மாதவிடாய் தள்ளிப் போவதற்கு சுரப்பி நீர் ஒத்துப் போகாததே காரணம். மணமாகிய ஓரிரு வருடங்களில் குழந்தை இல்லையென்றால், ஒரு மகப்பேறு மருத்துவரை அணுகுவது நல்லது.

ரமா, அமெரிக்கா.

நான்கு வருடங்கள் ஆகியும் குழந்தை பாக்கியம் கிடைக்கவில்லை. அதன் பிறகு எனக்கும் என் கணவருக்கும் நிறையப் பரிசோதனைகள் செய்யப்பட்டன. அதற்குச் சரியான பலன் ஏதும் கிடைக்கவில்லை.

உங்களுக்குக் கண்டிப்பாக ஏதோ ஒருசில பிரச்னைகள் இருக்கலாம். நீங்கள் நான்கு வருடங்கள் காத்திருந்திருந்து, பிறகு பரிசோதனை ஆரம்பித்திருக்கிறீர்கள் ஆனால் மணமாகி ஓரிரு வருடத்திற்குள்ளேயே கணவருக்கு உயிரணுக்கள் உள்ளதா? உங்களுக்குக் கர்ப்பப்பை சரியாக உள்ளதா, கருமுட்டை மாதந்தோறும் வருகிறதா என்பதைப் பரிசோதனை செய்திருக்க வேண்டும்.

அம்மா வீட்டுக்குப் போய் வா!



வங்கத்தில் துர்கா பூஜையில் ஒரு வித்தியாசமான வழக்கம். நவராத்திரி முடிந்ததும், பார்வதிதேவி (கணேசர்/கார்த்திகேயனுடன்) பிறந்த வீடான இமாசலத்துக்கு (ஆண்டுக்கு ஒருமுறை) புறப்பட்டுச் செல்வதாக ஐதீகம். விஜயதசமியன்று சிந்தூர்கெல்லா என்ற சடங்கின் போது பெண்கள் துர்க்கை சிலையின் நெற்றியில் குங்குமத் திலகமிட்டு, வாயில் இனிப்பை ஊட்டி, கையில் தாம்பூலத்தைக் கொடுத்து, ''அம்மா வீட்டுக்கு ஆனந்தமாகப் போய் வா!'' என்று வழியனுப்பி வைப்பார்கள்.

- எஸ். சரோஜினி



அப்பளப் பொடிமாஸ்

பத்து அப்பளங்களைப் பொரித்துக் கொள்ளவும். வெங்காயம், பச்சை மிளகாய், இஞ்சி ஆகியவற்றைப் பொடிப் பொடியாக நறுக்கிக் கொண்டு, வாணலியில் சிறிது எண்ணெய் விட்டுக் காய்ந்ததும், கடுகு, உளுத்தம் பருப்பு, நறுக்கி வைத்துள்ள வெங்காயம், பச்சை மிளகாய், இஞ்சி ஆகியவற்றுடன் கறிவேப்பிலை சேர்த்து வதக்கி, அதில் பொடித்து வைத்துள்ள அப்பளங்களைப் போட்டு, தேங்காய்த் துருவலையும் போட்டு கிளறி விடவும். அப்பளப் பொடிமாஸ் சுவையாக இருக்கும்.

- ஆர். லலிதா நாகராஜன்.

கிளாமீடியா, மைக்ரோ பிளாஸ்மா, டிரைக்கோமோனஸ் என்ற சில கிருமிகளின் உபாதைகள் இருந்தால் கூட உயிரணுக்கள் குறைந்து போகலாம். உங்களுடைய கரு இணைக் குழாய்களில் அடைப்பு ஏற்படலாம். கரு நிற்காமலும் போகலாம். உங்களுக்குச் சாதாரணமாகவே கர்ப்பப்பை வாய் (cervix) இறுக்கமாக உள்ளது என்று நினைக்கிறேன். உங்களுக்கு மயக்கம் கொடுத்து தொப்புளில் சிறிய துவாரம் போட்டு டைக்னோஸ்டிக் லேப்ராஸ்கோப் (Diagnostic Laparoscopy) செய்து அதுகூடவே கண்டிப்பாக கர்ப்பப்பை வாய் விரிவு (cervix Dialation) செய்யப்பட வேண்டும். அதன்பின் உங்கள் கணவரின் உயிரணுக்களை எடுத்து பரிசோதனை செய்ய வேண்டும். சுரப்பி நீர் எல்.எச், எப்.எஸ்.எச். சீரம் புரோளக்டின் (LH,FSH,SP) பரிசோதனை செய்ய வேண்டும். அதன் பிறகே மருத்துவம் செய்ய வேண்டும். இறுதியில் இன்ட்ரா யூட்டினின் இன்செமனேஷன் (IUI) செய்ய முடியும்.

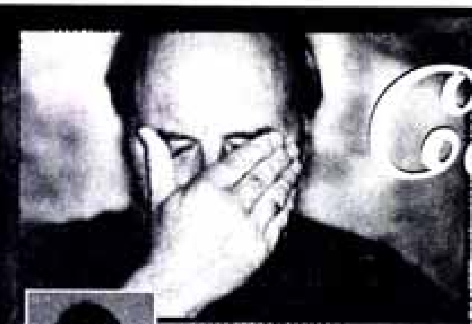
கல்யாணி ஸ்ரீதரன்.

என் மருமகளுக்கு, கரு இணைக் குழாயை எடுத்துவிட்டார்கள். தற்போது அவள் இயற்கையாகவே கர்ப்பம் அடைய முடியுமா?

உங்கள் மருமகள், கரு இணைக் குழாயில் கரு தங்கி ஒரு பக்க கரு இணைக்குழாயை இழந்திருக்கிறார். (Ectopic) மற்றொருபுறம் உள்ள குழாயில் அடைப்பு இருக்கிறதா என்பதை (HSG) ஹைஸ்ட்ரோ சால்பிஜோகிராம் என்ற எக்ஸ்ரே எடுத்து பார்த்து திறக்கிறதா என்பதைத் தெரிந்து கொள்ள வேண்டும். மேலும் டைக்னோஸ்டிக் லேப்ராஸ்கோப்பி செய்வது மிகவும் நல்லது.

கரு இணைக் குழாயில் திறக்க முடியாத அடைப்பு இருந்தால் சோதனைக் குழாய் மூலம்தான் குழந்தை பெறக் கொள்ள முடியும். திறக்க முடியும் என்றால் TB போன்ற சில கிருமிகளை அழிக்கக்கூடிய மாத்திரைகளைக் கொடுத்த பின்புதான் IUI (இன்ட்ரா யூட்டிரைன் இன்செமெனேஷன்) செய்ய முடியும். கரு இணைக் குழாய் இல்லாத பக்கம் முட்டை வந்தால், அணுக்கள் IUI போட முடியாது. அந்தச் சமயம் இயற்கையாகவே இருவரும், இருந்து எந்தப் பக்கம் கரு இணைக்குழாய் சரியாக உள்ளதோ அந்தப் பக்கம் படுக்க வேண்டும்.

IUI செய்யும்போது கரு இணைக் குழாய் சரியாக உள்ள பக்கம் முட்டை வருகிறதா என்று பார்த்து அது உடையும் பொழுது அணுக்கள் போட வேண்டும். இந்த மாதிரி செய்தால் கர்ப்பப்பையில் கரு நிற்க வாய்ப்பு உண்டு.



கேன்ஸர் நோயா ?



Dr. K. Sri Sridar

கவலைப்பட வேண்டியதில்லை.

குருபாலா கிளினிக்கின் Herbal Oncology™ சிகிச்சை

மீண்டும் மகிழ்ச்சியை உங்கள் இல்லத்திற்கு கொண்டு வருகிறது.

மார்பக புற்றுநோயிலிருந்து நுரையீரல் புற்றுநோய்



X-RAY dt.05.04.05

Bilateral lung secondaries with minimal residual pleural fluid right.



X-RAY dt.05.05.05

Lungs are Clear. Specifically there is no evidence of secondaries; heart size and shape are normal.

Liver Cancer

எனக்கு லிவர் கேன்சர், 31-8-2004 அன்று உங்களை சந்தித்தேன். அப்போது 165 Sq.Cm. அளவுக்கு லிவரில் பெரிய புற்று நோய் கட்டி இருந்தது. உங்கள் மருந்து எடுத்தபிறகு 02-05-05 அன்று ஸ்கேன் செய்து பார்த்ததில் லிவரில் கட்டியே இல்லை Normal Study என்று வந்துவிட்டது. டாக்டர்கள் இதை Miraculous Cure என்கிறார்கள்.

Liver shows uniform echopattern with no evidence of focal or diffuse pathology. Intra and extra hepatic biliary passage are not dilated.



IMPRESSION: NORMAL STUDY

S.R.லஷ்மி, வடபழனி, சென்னை.

Sacral Chordoma

நான் Sacral Chordoma - எலும்பு கேன்சரால் அவதிப்பட்டு சென்னையிலுள்ள பிரபல மருத்துவமனையில் சிகிச்சைக்குச் சென்றேன். கடந்த வருடம் நவம்பர் மாதம் எனக்கு ஆபரேஷன் செய்வதாக சொல்லி டாக்டர்களால் அலைக்கழிக்கப்பட்டு வந்தேன். டிசம்பர் 18ம் தேதி முதல் உங்கள் மருந்தை எடுத்துக் கொண்டு வருகிறேன். வலி என்பதே தற்போது இல்லை. மோஷனும் நார்மலாகி விட்டது. (மோஷன் போகவில்லை என்று தான் ஆபரேஷன் என்றார்கள்) உங்கள் அறிவுரைப்படி நான் ஊருக்குத் திரும்பி பழையபடி என் வேலையை பார்க்கத் துவங்கி விட்டேன்.

A.வரதராஜன், திருச்சி 12.03.2005

உணவுக்குழாய் புற்றுநோய்



X-RAY dt.04.05.05

CA OESOPHAGUS BEFORE TREATMENT.POST CT / FAILED



X-RAY dt.15.06.05

CA OESOPHAGUS AFTER HERBAL ONCOLOGY

கை விடப்பட்ட கேன்ஸரா ? கவலை வேண்டாம்

எல்லாவித புற்று நோய்க்கும் சிகிச்சை உண்டு. நோயாளி நேரில் வர வேண்டியது இல்லை. முழுமையாக எல்லா ரிப்போர்ட்டுகளையும் அனுப்பி வைக்கவும். Herbal Oncology™ சிகிச்சை என்பது டாக்டர் கே. ஸ்ரீ ஸ்ரீதர் வடிவமைத்த அற்புத முறையாகும். பத்தியம் இல்லை. மற்ற மருந்துகளோடும் சேர்த்து சாப்பிடலாம். வாழும் போது நோய் தொந்தரவு குறைந்து நிம்மதியாக சந்தோஷமாக வாழலாம். அவர்களின் வாழ்நாள் 40% அதிகரிக்க முயற்சிக்கலாம். இதற்கு சிறப்பு மூலிகை சிகிச்சை பயனுள்ளதாக அமைகிறது. டாக்டர்களால் கைவிடப்பட்ட நோயாளிக்கும் உடனே நன்மை அளிக்கிறது.

Royale Apartment, 6, Mannar Reddy Street, (Opp. Street to T.Nagar Bus Terminus)T.Nagar, (Next to Krishnaveni Theatre) Chennai - 600 017. **CLINIC :** Ph : 044 - 24339596, 24363835

Cell : 98401 48808

TIMINGS : 10.00 am to 5.30 pm

On **Sundays** : 10.00 am to 12.00 Noon

Gurubalaa Clinic

Speciality Clinic for Herbal Oncology™ and Asthma

அனைத்து நோய்களுக்கும் சிகிச்சை அளிக்கப்படும்.

நேரில் வரமுடியாதவர்கள் தங்கள் நோயின் விவரத்தை எழுதி அனுப்பினால் கூரியர் மூலம் மருந்துகள் அனுப்பி வைக்கப்படும்.

For more details logon to: www.herbaloncology.com



G.R. Ladies Muthu Malikai™
Navarathri Offer!
*Attractive Pendant in 916 Gold
Celebrate this Navarathri with us.
2-10-05 to 15-10-05
*5-50% Discount
G.R. Ladies Muthu Malikai Fashion Jewellery (Ladies Choice Shoppe)
Shop No: 24, Basement Kasi Arcade, 116, Thyagaraya Road, T.Nagar, Chennai-17.
Ph : 5206 5551 5206 5559
*Conditions Apply



கொழுக்கட்டை செஞ்சியா?

கணினி அறி நீ!



“ஹே...

ஹே... யாருப்பா அது? ஹலோ கண்ணு கூகதுங்க. கேர்ள்ஸ். இப்படி 'சிவப்பு கலரு சிங்குச்சா'ன்னு எல்லாம் ட்ரெஸ் போடாதீங்க. மாடு முட்டிடும். எத்தனை தமிழ் சினிமா பார்த்திருக்கீங்க. இது கூடத் தெரியாது. ஹாங்!”

அப்பப்பா... இந்தக் காலத்து பொண்ணுங்க, சொன்னா கேக்குதுங்களா? 'ஆதி பரா சக்தி தாயே போற்றி ஓம்'ன்னு அருட்பா பாடலை. அவ்வளவுதான். ஓகே. மேட்டருக்கு வருவோம்.

அபர்ணா, அர்ச்சனா ஸ்வேதா, ஸ்வர்ணா, ப்ரியதர்ஷிணி, அருள்மொழி, உமா, உமா மகேஸ்வரி இவங்கெல்லாம் சென்னை எம்.ஓ.பி. கல்லூரி சரணாலயத்தின் கலாட்டா பறவைகள்.

அபர்ணாதான் இவங்க கேங்க் லீடர் போலிருக்கு. அவங்க ஜோக் சொல்ல வந்தாங்க. அதுக்குள்ள 'இருடி. சந்திரமுகி இன்னும் வரலை'ன்னு சொல்ல, எதிர்த்தாப்புல ஒரு ரெட் ரோஸ் நடந்து வந்திச்சு. உடனே, 'ரா்ரா... சரசுக்கு ரா்ரா...' கோரஸா பாடி அவங்களை வரவேற்றாங்க பாருங்க. உஸ்... மேட்டர் சிம்பிள் அந்தப் பொண்ணு, தெலுங்காம்! அடிப்பாவிகளா?

“ஹே கிளி, ப்ளூ டூத் தெரியுமா?” - இது ஸ்வர்ணா.

“ஹலோ என்னுடையது வெள்ளை வெனீர் வொயிட் டூத். சரியா பல் விளக்காட்டி வர்றதுதான் ப்ளூ டூத்தா?” கிளி.

'நோ கிளி. அறிவியல் தொழில் நுட்பத்தோட அடுத்த வளர்ச்சி இது. நம்ம வீட்ல

இருக்கிற எலக்ட்ரானிக் ஐயிட்டங்களை ஒயர்லெஸ் மூலமா இணைக்கிற சங்கதி. அதாவது ஒயர், கம்பியில்லாம எலக்ட்ரானிக் பொருட்களை இணைக்க முடியும். சூப்பர் இல்லை.''

"ஏங்க, அப்படியே தோப்புல இருக்கிற பழங்களையும் எங்களையும் ஏதாவது க்ரீன், வொய்லெட் டூத்ல இணைச்சிடுங்களேன். 'அண்டாகாகசம் அபுல்காகசம், விழுந்திடு சீஸே'ன்னா மரத்திலிருந்து பழம் தானா விழுந்திடும் இல்லையா?''

கிளியை எடுத்து தன் கைகளில் வைத்து நீவிக் கொடுக்கிறார் சந்திரமுகி. "ஸாரி அர்ச்சனா.'' திடீரென 'ரமணா' விஜய்காந்த் போல் புள்ளி விவரப் புலியாக மாறினார் உமாமகேஸ்வரி.

முன்னெல்லாம் 'அப்ளிகேஷன்'ன்னா அது வேலைக்கு மனு போடறதுதான். ஆனா இன்னைக்கு சிஸ்டம் சாஃப்ட் வேரா இதன் அர்த்தம் மாறின மாதிரி பல வார்த்தைகளும் அர்த்தம் மாறிடுச்சு. ப்ரோக்ராம்னா ஏதோ டீவி நிகழ்ச்சின்னு இருந்துச்சு. இப்போ? இதுமாதிரி கர்ஸர் (சபிக்கப்பட்டவர்), கீ போர்டு (பியானோ கீ போர்டு) வைரஸ் (ஜுரம்) ஃபைல்ஸ் (கோப்புகள்) மெமரி (மூளையின் அறிவுத் திறன்) இப்படி எல்லா வார்த்தைகளும் கம்ப்யூட்டர் வார்த்தைகளா மாறிப் போச்சு. 'ஹலோ உன் கம்ப்யூட்டருக்கு விநாயகசதுர்த்தி கொண்டாடி கொழுக் கட்டையெல்லாம் வைச்சியா, ஏன்னா அதானே மவுஸ் வைச்சிருக்கு'ங்குன்னு மெசேஜ் அடிக்கிற அளவுக்கு கனினி உலகத்துல நாம வாழ்ந்துட்டு இருக்கோம்.

ஸ்வேதா சுவாரஸ்யமாக செல் ஃபோனிலிருந்து ஒரு எஸ்.எம்.எஸ்.ஐ படித்தார்.

ஒருத்தர் ஏ.டி.எம்ல பணம் எடுத்திட்டு இருக்கும்போது பின்னாடியிருந்து ஒரு குரல் வந்ததாம். "உன் பாஸ்வேர்டை நான் ஒளிச்சிருந்து பார்த்துட்டேன். .... தானே உன் பாஸ்வேர்ட்''ன்னு சொல்ல இவன் தலையில அடிச்சுக்கிட்டானாம். "யோவ். அது தப்பு. 3284தான் என் பாஸ்வேர்டு'ன்னு சொன்னானாம். இது எப்படி இருக்கு?''

'உன்னை மாதிரியே இருக்கு' என்று வழக்கம் போல் கிளி தன் நகைச்சுவை கடையை விரிக்க ஆரம்பித்தது.

சினிமாவுல ஹீரோ ஹீரோயினைக் காதலிக்கறான். ஹீரோயின் வில்லனை காதலிக்கறா. வில்லன் ஹீரோவோட தங்கச்சியைக் காதலிக்கிறான். ஹீரோவோட தங்கச்சியோ ஹீரோயினோட அண்ணனைக் காதலிக்கறான். கடைசியில ரெண்டு பேரும் தற்கொலை பண்ணிக்கறாங்க. யார் அந்த ரெண்டு பேர்?

எல்லோரும் கோரஸாக, "ஃபைனான்சியரும், புரொடியூசரும்!'' என்று கத்த 'வுடு ஜூட்'னு பறந்தது கிளி!

தொகுப்பு: **ச.ந. கண்ணன்**

படங்கள் : **ஸ்ரீஹரி**





சௌபாக்யா
ISO 9001:2000
CERTIFIED COMPANY
அருமையான சமையலின்
அஸ்திவாரம்
பல அளவுகள்...
பல வண்ணங்கள்...
எண்ணற்ற மாடல்கள்...
Shree
Sakthi
Tilting
maa
AdMark
Our overseas outlet
Dubai:
Hadi Enterprises,
Ph: 00 97 1434 70310.
Canada:
All such Importers
Ph: 416 - 2694749.
Singapore:
Anacona Pte. Ltd
Singapore - 209 447.
Ph: 0065 - 63341566
Sri Lanka:
Good Value Distributors
(Easwaran Brothers)
Ph: 0094 - 1 - 2435842
SOWBAGHYA®
T. Nagar, Chennai -17. Ph: 28343547,
28342908. Fax: 52023926.
Erode: 638 011. Ph: 0424-2260245
Bangalore: 080 - 25320627
www.sowbaghya.com
E-mail: grind@sowbaghya.com
110 volts & 60 Hz available for USA & Canada
இல்லத்தரசிகளின் இனிய தோழி - சௌபாக்யா

எம்ப்ராய்டரியில் கவனம் தேவை!

பொதுவாகவே புடைவை மட்டும் இல்லை. எல்லாத் துணிகளுக்கும் எம்ப்ராய்டரி செய்யும் போது சில விஷயங்களைக் கவனத்தில் வைத்து எம்ப்ராய்டரி செய்ய வேண்டும். அதாவது நாம் எம்ப்ராய்டரி செய்யும் பொருள் மேஜை விரிப்பா, தலையணை உறையா, பாவாடையா, புடைவையா, குர்தாவா, கைக்குட்டையா சிறுவர் உடையா என்று நாம் எதில் எம்ப்ராய்டரி செய்யப் போகிறோமோ அதற்குத் தகுந்த மாதிரி டிசைன் எடுத்து தைக்க வேண்டும்.

உதாரணத்திற்கு மேஜை விரிப்புக்கு நான்கு மூலைகளிலும் நடுபாகத்திலும் டிசைன் எடுக்க வேண்டும். தலையணை உறை என்றால் எதிர் எதிர் இரண்டு மூலைகளில் எடுக்க வேண்டும்.

புடைவைக்கு பார்டராகவும் போடலாம். அங்கங்கு ஒரு பூ இருக்கும்படியாகவும் போடலாம். முந்தானை புடவையின் எதிர்புறம் என்று நாம் புடைவை கட்டும் போது எம்ப்ராய்டரி நன்றாகத் தெரியும்விதத்தில் டிசைன் வரைந்து தைக்க வேண்டும்.

அதே போல் குர்தா உடைக்கு முன்பக்கம் நீளமாகவோ, கழுத்தைச் சுற்றிபோ அல்லது முன்பாகத்தில் சிறு சிறு பூக்களாக நிரப்பியும் போடலாம்.

இவை எல்லாம் சரிதான். முதலில் டிசைனை எப்படித் தேர்ந்தெடுப்பது? எம்ப்ராய்டரியில் இரண்டு வகை உண்டு. அவை வெளிக்கோட்டுத் தையல்கள் (அவுட்லைன் ஸ்டிச்சஸ்) நிரப்புத் தையல்கள் (ஃபில்லிங் ஸ்டிச்சஸ்) இதில் நிரப்புத் தையல்கள் நீடித்து உழைக்கக்கூடியவை. துணி கிழிந்தாலும் தையல் அப்படியே இருக்கும்.



மெல்லிய சீக்கிரத்தில் கிழியக்கூடிய துணிகளுக்கு வெளிக்கோட்டு தையல்கள்தான் உபயோகிக்க வேண்டும். மெல்லிய வாயல் ஆர்கண்டி, மல் போன்ற துணிகளில் அடர்த்தியான தையல்கள் போட்டால் (நிறப்புத் தையல்) துணி சுருங்கி அழகைக் கெடுக்கும். இந்தத் துணிகளுக்கு லேசிடேசி, சங்கிலி, காம்பு தையல், பித்தான் துவாரத் தையல் போன்றவைகளைப் போட்டு அலங்கரிக்கலாம். அடர்த்தியான பாப்லின், காங்மேட், காட்டன் துணி போன்றவைகளுக்கு நிறப்புத் தையல்களான சாட்டின், லாங்கார்டு ஷார்ட், ரோமனியன், ஃப்ளாட், கிரிடன் போன்ற தையல்களைப் போடலாம்.

இதைப் போல் துணிகள் வாங்கும் போது சாயம் போகாத கலர்த் துணிகளைத்

• படங்கள் : ஸ்ரீஹரி





DISCOUNT SALE DISCOUNT SALE DISCOUNT SALE DISCOUNT SALE

சாந்திமணி சாரீஸ் A/c

அடையாறில் கைத்தறி புடவைகளின் உலகம்

விழாக்கால தள்ளுபடி விற்பனை

அக்டோபர் 1 முதல் 31 வரை

10%

அனைத்து மாநிலங்களில் தயாரிக்கப்படும்
தூய காட்டன் சேலைகள் முதல் சில்க் காட்டன்
மற்றும் சுடிதார் வரை மனதை கொள்ளும்
டிசைன்கள் உங்கள்

சாந்திமணி சாரீஸ் A/c



- ராணி சாரீஸ்
- காஞ்சி காட்டன்
- கத்வால்
- பெங்கால் காட்டன்
- ஃபேன்ஸி காட்டன்
- சுடிதார் மெட்டிரியல்,
- ஹேண்ட்லூம் சல்வார்
- பாவஞ்சிப் பாவாடை
- சில்க் காட்டன்
- பாலிகாட்டன்
- ஒரிஸா சில்க்
- பேன்ஸி சில்க்
- செட்டிநாடு
- மங்களகிரி
- ஷிபான் ஜார்ஜெட்

மற்றும் வேஷ்டிகள் போன்றவை தரமான நியாயமான விலையில் கிடைக்கும் ஒரே இடம்

''சாந்திமணி சாரீஸ் கடையின் நீண்டநாள் வாடிக்கையாளர்களில் நானும் ஒருத்தி. இங்கு எல்லாவித மக்களும் வந்து வாங்கும் அளவிற்கு அனைத்துவித காட்டன் சேலைகள் குவிந்துள்ளன. மேலும் இங்குள்ள புடவைகளின் கலர் காம்பினேசன் வேறு எந்த ஒரு கடையிலும் காண முடியாது.''

- திருமதி. ஜெயஸ்ரீ, பெசன்ட்நகர்

கடை எண். 5, அடித்தளம், கோகுல் ஆர்கெட்,
எண்.2, சர்தார் பட்டேல் ரோடு, (அடையார், சிக்னல் அருகில்)
அடையார், சென்னை - 20 ☎ 24451309 / 39125516

வாடிக்கையாளரின் விருப்பத்திற்கேற்ப ஆர்டரின் பேரில் புடவைகள் நெய்து தரப்படும்.

9, 10, 10½ Yards also available.
All Major Credit Cards are accepted

Tailoring Undertaken

Wholesale & Retail

ஞாயிறு கடை உண்டு

2% + Gift

கெட்டி சாயம் மற்றும் தரத்திற்கும் சிறந்த இடம்

Bring this cutting and avail extra discount.

DISCOUNT SALE DISCOUNT SALE DISCOUNT SALE DISCOUNT SALE

தேர்ந்தெடுத்து எம்ப்ராய்டரி செய்ய வேண்டும். சில நிறங்கள் என்னதான் விலை உயர்ந்ததாக இருந்தாலும் சாயம் போகும். அது அந்த நிறத்தின் தன்மை. இதைக் கவனத்தில் வைத்து நிறங்களைத் தேர்ந்தெடுக்க வேண்டும்.

நூல்களிலும் சாயம் போகாத ஆங்கர் நூல், நல்ல பட்டு நூல்களைத் தேர்ந்தெடுத்து எம்ப்ராய்டரி செய்ய வேண்டும்.

எம்ப்ராய்டரி செய்ய பிரேம் உபயோகிக்கும் போது ஒரு சதுரமான பிரேமுக்குப் போதுமான அளவு லாங் கிளாத் துணி (அ) காடா துணி நாம் உபயோகிக்கும் அளவு எடுத்து அதை நன்றாக பிரேமில் பொருத்தி டைட் செய்து துணியில் நடுவில் வட்டமாக வெட்டி எடுக்க வேண்டும். இதை பிரேமின் மேல் மெல்லிய புடவையைப் போட்டு அதன் மேல் வெட்டிய துணியைப் போடவும். அதன் மேல் அடுத்த வளையம் பொருத்தி பிரேமை டைட் செய்து புடைவையை இழுக்காமல் புடைவை மேல் உள்ள துணியை இழுக்க வேண்டும். இதனால் புடவை நாம் இழுத்து டைட் செய்யும் போது கிழிந்து போகாது. இல்லையென்றால் நாம் பிரேமில் இழுக்கும் போது மெல்லிய துணியாக இருந்தால் கிழிந்து போக வாய்ப்புண்டு.

தொங்கும் மயில்!

தேவையான பொருள்கள் :

சார்ட் பேப்பர், அட்டை (சற்று கெட்டியான) ஒட்டுவதற்கு பசை, ஃப்ளோரசன்ட் வண்ணக் காகிதங்கள், சம்கி.



செய்முறை :

முதலில் நமக்கு வேண்டிய படத்தைச் சார்ட்டில் வரைந்து ட்ரேஸ் செய்து கொள்ள வேண்டும். பிறகு படத்தை நிதானமாக பிசிறில்லாமல் கத்தரித்துக் கொள்ள வேண்டும். இதைச் சற்றுக் கெட்டியான அட்டையில் ஒட்டிக் கொண்டு அதையும் மிகவும் கவனமாகக் கொஞ்சம் கூட பிசிறில்லாமல் கத்தரித்துக் கொள்ள வேண்டும்.

இந்தச் சித்திரத்தை, ஃப்ளோரசன்ட் காகிதத்தின் வண்ணமில்லாத பகுதியில் ஒட்ட வேண்டும். நன்கு பிடித்துக் கொண்ட பிறகு கத்தரித்துக் கொள்ள வேண்டும். மறுபக்கத்தையும் வண்ணக் காகிதத்தால் ஒட்டிக் கொண்டு கத்தரித்துக் கொள்ள வேண்டும். இப்பொழுது இருபுறமும் வண்ணக் காகிதம் ஒட்டப்பட்ட மயிலோ அன்னமோ தயார்.

இனி இந்த மயிலை வண்ணச் சம்கிகள் கொண்டு அலங்கரிக்க வேண்டும். சம்கி ஒட்டும் போது இரண்டு பக்கங்களும் டிசைன் ஒரே மாதிரியாக வரும் வண்ணம் மிகவும் கவனமாகச் செய்ய வேண்டும். பிறகு நடுப்பக்கமாகத் துளையிட்டு மெல்லிய நூல் கட்டி தொங்கவிட்டால் மின்விசிறிக் காற்றிலும் விளக்கு ஒளியிலும் கண்ணைப் பறிக்கும் இந்த தொங்கும் வண்ண மயில்கள்!

- பி.கே. ஸ்ரீனிவாசன்.



கதகளி பொம்மை!

பொம்மை செய்ய தேவையான பொருள்கள் :

கதகளி பொம்மை முகம் - 2, (காதி கிராஃப்டில் கிடைக்கும்)

பிளாஸ்டிக் மக் - 2, (குளிக்க உபயோகிப்பது) பழைய 'மக்'கானாலும் பரவாயில்லை.

கோக் அல்லது பெப்சி பாட்டில்கள் 1½ லிட்டர் (உபயோகப்படுத்தியது), (பிளாஸ்டிக்) - 2,

அதனுள் நிரப்ப மணல்,

பொம் மைக்கு பாவாடை தைக்க கட்டம் போட்ட கலர் காட்டன் ப்ளவுஸ் துணிகள் 1 மீ அளவு - 2

பொம்மையின் ஜாக்கெட் தைக்க ப்ளெயின் ப்ளவுஸ் துணிகள் 80 செ.மீ., - 2,

உடலில் சுற்ற பஞ்சு - 1 ரோல்,

கைகள் செய்ய கம்பி - 2, (¾ மீ)

அங்கவஸ்திரம், புடைவைத் தலைப்புக்கு சரிகை - ½ மீட்டர்

செய்முறை :

முதலில் பாவாடையை கப்பின் சுற்றளவுக்கு ஏற்றபடி கையாலோ, அல்லது டெய்லரிங் மிஷினிலோ அழகாக மடிப்புகள் வைத்து தைத்துக் கொள்ளுங்கள். பிறகு பாட்டில்களின் பாதி அளவிற்கு மணல் நிரப்பி அதனை பிளாஸ்டிக் 'மக்'கினுள் நிற்க வைக்கவும். பாட்டிலின் மேல் பகுதி (உடல்)யில் பஞ்சினைச் சுற்றிக் கொண்டு அதன் மேல் ப்ளெயின் ப்ளவுஸ் துணியைச் சுற்றி பின்பக்கத்தில் 'ஹெம்' தையல் போடவும். பின் கைகளுக்கு பாட்டிலின் கழுத்துப் பகுதியில் கம்பியைச் சுற்றிக் கொண்டு கைகள் போல் வளைத்து அதன் மேல் பஞ்சு சுற்றவும்.

அதன் மீது உடல் பாகம் சுற்றியது போக மீதமுள்ள துணியை கைகள் மீது விரல்கள் உள்ளங்கை செய்ய இடம் விட்டு நீளக்கை பிளவுஸ் போலத் தைக்கவும். கதகளி பொம்மையின் முகங்களை (ஒன்றில் ஆண் தாடியுடனும்- மற்றது பெண் முகமாகவும்) பாட்டிலின் மூடிப் பகுதியில் மாட்டி (பொம்மையிலேயே நூல் இருக்கும்) இறுக்கிக் கொள்ளவும். ஆண் பொம்மைக்கு சரிகையால் அங்கவஸ்திரமும் பெண் பொம்மைக்கு தலைப்பாகவும் அலங்கரிக்கவும். ப்ளாஸ்டிக் மக்கின் இடுப்புப் பகுதியில் தைத்த பாவாடையை அழகாகச் சுற்றினால் பொம்மை ரெடி!

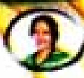
- ஜி. லதா கணேஷ்.




விழாக்கால சிறப்பு தள்ளுபடி
5% முதல் 20% வரை
New Arrivals for Deepavali
FASHION JEWELLERY
- All types of pearls
- Imported Jewellery & Beeds
- Antiques, Kundhan jewellery
- American Diamond sets,
- Polki Sets
- Temple Jewellery,
- Ruby, Emerald Malas & Neck sets
- Birth Stones
- Estelle Collection
வாடிக்கையாளர்களுக்கு Sri Pearls-ன் இனிய தீபாவளி நல்வாழ்த்துக்கள்
Sri Pearls
for all occasions
Gokul Arcade, Shop No: 19, Ground Floor,
No.2, Sardar Patel Road, Adyar,
Chennai - 600 020 Phone : 3912 1416 / 17


மூலிகை மற்றும் இயற்கை மருத்துவத்தில் மிகவும் புகழ்பெற்ற சர்வதேச நிறுவனம் MAYAR INDIA. I.S.O 9001-2000, R&D centre qualified scientists விருதுபெற்ற இந்நிறுவனம் 1936- லிருந்து விஞ்ஞானிகளின் ஆய்வுக்குப் பின் தரச்சான்றிதழ் பெற்ற SIVANANDA தயாரிப்புகளை வழங்கிவருகிறது.
பல நூற்றாண்டுகளாய் நம் நாட்டில் ஆயுர்வேதம், புகழ்பெற்ற வாழ்க்கை விஞ்ஞானமாய் விளங்கி வருகிறது. சிறந்த மூலிகைகளிலிருந்து, தரமிக்க, தூய்மையான, ஒருங்கிணைந்த மற்றும் 100 சதவிகிதம் இயற்கையான பொருள்களை வழங்குகிறது. மேயர். உங்கள் உடல், மனம், ஆத்மா அனைத்தும் புத்துணர்ச்சியடையும், MAYAR தயாரிப்புகளால். ஆரோக்கியம்தான் சிறந்த செல்வம். எனவே, எங்களின் தயாரிப்புகளை உபயோகப்படுத்தி, உங்கள் திறனை அதிகரியுங்கள். மற்றவற்றை மறந்திடுங்கள். MAYAR INDIA தயாரிப்புகள் உங்களுக்குத் தரும் நலன்களைப் பட்டியலிட்டால் எண்ணிலடங்காது.
LATIKA
Chyawanprash Special
Buy 1 Kg. Chyawanprash get Free Latika Shampoo 200 ml worth Rs.74/- & Tooth Paste Rs.30/-. Buy ½ Kg Chayawanprash get Free Sanjivani Hair Oil 200 ml worth Rs.60/-. Buy ¼ kg Chayawanprash & get Free Tooth Paste worth Rs.30/-
CHENNAI ALL APOLLO, All Nilgiris : 52061025-26-27, 55620803, 28445894, 23644647-1648-23642740, 25352799-9087, 9382152515, COIMBATORE 2436683, SALEM 2336365, 2332775 RASIPURAM 220011, ERODE 2215593, TIRUKKOYILUR 253212 MADURAI 2624265, 2621421 THANJAVUR 9360327399 CUDDLORE 9865424639, SIRKALI 272194 TRICHY 2721548, 2764202 TIRUNELVELI 2333920 VILLUPURAM 224660 CHIDAMBARAM 224060 NEYVELI 575077 KARAIKUDI 238359 THENI 252509 PALAYAMKOTTAI 9443508932 KRISHNAGIRI 231211 PUDUKKOTTAI 9344042726 PONDICHERRY 9345425750 Bangalore 23349546
Port Blair 30142
Stockist enquiry contact





அன்பு வட்டம்

ரேவதி சங்கரன்

மனோன்மணி சுகுமார், குளித்தலை.

உங்கள் இதழுக்குப் பின்தோன்றிப் போட்டியாக முன்னேறி வரும் பத்திரிகைகள் உங்களை அச்சுறுத்தவில்லையா?

இல்லவே இல்லை! பெண்களுக்கு உதவுகின்ற வகையில் பத்திரிகைத் துறையில் உழைக்கின்ற அத்தனை பேரும் என் குடும்பத்தினர் என்றுதான் எண்ணுகிறேன். எந்த வெற்றியும் நிலையானது அல்ல என்பதுதான் காலம் கற்பித்த பாடம்! வெற்றி என்பது என்னளவில் மற்றவர்கள் பெறுகின்ற பயன்தான். நல்ல கருத்துக்களை யார் சொன்னால் என்ன? அன்றைய 'முயலும் ஆமையும்' கதையில் முயல் தூங்கியது போலல்ல இன்று. ஆமையும் முயலும் சந்தோஷமாகப் போட்டியில் பங்குகொள்ள வேண்டும். தரையில் முயல் முதுகில் ஆமையும், தண்ணீரில் ஆமை முதுகில் முயலுமாகப் பயணித்தால் போட்டியிலும் வெற்றி! நட்பிலும் வெற்றி! சர்குலேஷன் மட்டுமே சாதனையல்ல!

எஸ். சரோஜினி, பெங்களூர்.

தமிழ் மாதங்களைப் போல் தமிழ் வருடங்கள், தமிழில் நட்சத்திரங்கள் பெயர்கள் இருக்கின்றனவா?

எனக்கும் இந்தச் சந்தேகம் வெகு நாட்களாக உண்டு. நானும், அபிதான சிந்தாமணி முதல், ஞானப்பேழை வரை தேடிப் பார்த்தேன்! ஆண்டுகள் தமிழில் கிடைக்கவில்லை! தமிழில் 27 நட்சத்திரங்களின் பெயர்களை 'மள்ளர் மலரில்' பார்த்து மகிழ்ந்தேன். இதோ! உங்களுக்கும்! புரவி, அடுப்பு, ஆரல், சகடு, மான்றலை, மூதிரை, கழை, காடிறு, அரவு, கொடுநுகம், கணை, உத்தரம், கை, அறுவை, விளக்கு, முறம், பனை, துளங்கொளி, குருகு, முற்குளம், கடைக்குளம், முக்கோல், காக்கை, செக்கு, நாழ், முரசு, தோணி.

அப்படியானால், என் பெயர் தமிழில தோணி சங்கரன் என்று வரும்! பெயர்ப் பொருத்தம் வேண்டுமென்றால் தோணி துடுப்பு என்றல்லவோ இருக்க வேண்டும்? இது எப்படி இருக்கு?

செல்வி சோமசுந்தரம்

எனக்கு வாழ்வில் அளவில்லாத துயரங்கள் சோதனைகள் அம்மா! அரிசி மாவில் ஸ்ரீசக்கரம் வரைந்து பூஜிக்கச் சொல்கிறார்கள். எப்படிச் செய்வது?

செல்வி! தயவுசெய்து யார் என்ன செய்யச் சொன்னாலும் அதுதான் தீர்வு என்று உடனே நம்பி விடாதீர்கள். உங்கள் கேள்விக்கு என்ன பதில் சொல்வது என்று எண்ணியிருந்த போதுதான் கோவையிலிருந்து ஸ்ரீ வித்யா உபாசகர் திரு. பி.ர.

பாலசுப்பிரமணியம் என்னும் முதியவர் எழுதிய கடிதம் கிடைத்தது. ஸ்ரீ சக்கரத்தை யாரும் எளிதில் வரைந்து விட முடியாது. அது வெறும் கோலம் அல்ல. முறைப்படி குருவிடம் தீட்சை பெற்று மந்திரங்களைச் சொல்லிச் செய்ய வேண்டிய பூஜா முறை! ஸ்ரீ சக்கரத்தின் அமைப்பு சிறிது மாறினாலும் நன்மைக்கு பதில் தீமையாகி விடும் என்றும் குறிப்பிட்டிருந்தார். அவருடைய அறிவுரை நம் போன்றவர்களுக்கு வழிகாட்டி. தெரியாததைச் செய்வதை விட, தெரிந்து தமிழில் ஏதேனும் ஒரு துதியைச் சொல்லுங்கள். வருகின்ற இதழ்களில் எளிதான லட்சுமி துதியைத் தர இருக்கிறோம். உங்கள் துயரங்கள் எல்லாம் மாறி வாழ்க்கையில் மேன்மையடையப் பிரார்த்திக்கிறேன்.

லதா மாசிலாமணி,
உளுந்தூர்ப்பேட்டை.

இதுவரை நடிப்பு, எழுத்து, பாட்டு என்று எத்தனையோ துறைகளில் கால் பதித்திருக்கிறீர்கள். உங்களுக்கு மிகவும் பிடித்தது எது?

இன்று வரை எல்லாவற்றிலும் குறையாத ஆர்வம் இருப்பது உண்மை. விளம்பரப் படங்களில் ஆடுவதானாலும் சரி, மங்கையர் சாய்ஸில் பாடுவதானாலும் சரி. எனினும் முகத்தைக் காட்டாமல் குரல் மட்டுமே தந்த சென்னை தொலைக்காட்சியின் 'உலாவரும் ஒளிக்கதிர்' நிகழ்ச்சி எனக்கு மிகவும் பிடித்த ஒன்று! சில மணித்துளிகளில் அந்தந்த கோயில்களைப் பற்றிய வரலாறு, பாசுரங்கள், பதிகங்கள் சொல்லி அடுத்த கோயில் நிகழ்ச்சி வருவதற்குள் முடிப்பது ஒரு மிகப் பெரிய சவால். சில சமயங்களில் அதில் காட்டப்படும் இறையழகில் என்னையே மறந்து கண்ணீர் மல்கிப் பாடி உருகியதும் உண்டு.

என் தமிழார்வத்திற்கும் தன்னம்பிக்கைக்கும் களம் அமைத்துக் கொடுத்த சென்னைத் தொலைக்காட்சி நிலையம் எனக்குத் தாய் வீடு போல! அந்த நாளும் வந்திடாதோ!

ஏ. இந்திரா, ஈரோடு.

நீங்கள் எதிர்பார்த்து ஏமாந்து போன சம்பவம் ஏதாவது உங்கள் வாழ்க்கையில் ஏற்பட்டது உண்டா?

தடுக்கி விட்ட ஒவ்வொரு படியிலும் அது இருந்தது அப்போது! இப்போது எதிர்பார்ப்புகளைக் குறைத்துக் கொண்டு விட்டதால் ஏமாற்றத்தையே (ஏ)மாற்றி விட்டதாக எண்ணுகிறேன்! இருந்தாலும் இன்றும் எண்ணிச் சிரிப்பது, குலேபகாவலி போட்ட நாமம்! சிறு வயதில் அந்தப் படத்தைப் பார்ப்பற்கு தடா போட்டு விட்டார் என் தந்தை. அன்று நானும் என் இரு தம்பிகளும் சிலேட்டில் பலப்பத்தால் பெரிய நாமம் போட்டுக் காட்டி குலேபகாவலி நாமம் என்று எழுதி எங்கள் ஏமாற்றத்தைப் பகிர்ந்து கொண்டோம். அதற்குப் பிறகு எத்தனை முறை அந்தப் படத்தைச் சின்னத்திரையில் பார்த்து விட்டேன்! "மயக்கும் மாலைப் பொழுதே நீ போ போ..." பாட்டா அது? பாகேஸ்ரீயில் வடித்த தேன் அல்லவோ!

பறம்பை இரா.கு. பிரகாசம், திருச்சி.

பெண் பிள்ளைகளை எவ்வளவுதான் படிக்க வைத்தாலும், நாளை ஒருவன் வீட்டில் போய் சட்டிதான் சுரண்டுகிறார்கள். நமக்கும், அவர்களுக்கும் பயன்படாத படிப்பை நிறைய செலவு செய்துதான் படிக்க வைக்க வேண்டுமா? தேவையில்லை என்பது என் கருத்து. உங்கள் கருத்து யாதோ?

ஒளியென்ற பெயரைக் கொண்ட நீங்களே அறிவொளி பெண்களுக்குத் தேவையா என்று கேட்கலாமா? சட்டி சுரண்டுவது ஒருபுறம் இருந்தாலும் அவள் சுருண்டு போகாமல், சுரண்டப்படாமல் இருக்கக் கல்வி அறிவு எவ்வளவு முக்கியம்! படிப்பு ஒன்றுதான் உங்கள் செல்வங்களுக்கு நீங்கள் தரும் அழியாத செல்வம். எந்தச் சூழ்நிலையிலும் சமாளித்துக் கொள்ளும் தன்னம்பிக்கையைப் பெண்ணுக்குத் தருவது கல்வி என்பதுதான் உண்மை. நிறையச் செலவு செய்ய முடியா

விட்டாலும் ஒரு பட்டதாரியாகச் செய்வது பெண்ணின் பெற்றோர்களது கடமை! வெளிநாட்டில் நம் ஊர் இளைஞர்களும் நன்றாகவே சட்டி சுரண்டுகிறார்கள். பெற்றுப் பேணி ஊட்டி வளர்த்து - இதில் கல்வி அறிவு ஊட்டுதலும் அடங்கும்.

கி. ஜெயலட்சுமி, கும்பகோணம்.

பூஜை அறையில் சுவாமி படங்களுடன் இறந்தவர்களின் படங்களும் வைத்துள்ளோம். இது சரியா?

ஏதேனும் ஒரு உருவத்தில் மனதை நிலைநிறுத்தி உணர்வை ஒருமுகப்படுத்துவது மனதில் தெளிவைத் தரும் என்பதற்காகத்தான் வீடுகளில் பூஜை அறையில் இறையுருவங்களையும் சிலைகளையும் வைத்தனர் நம் முன்னோர். பூஜை அறையில் இறைவனுக்குச் செய்யப்படும் நிவேதனம், இறைவன் படைப்பான இயற்கை அளித்த உணவிற்கு நன்றி கூறுவதாகும். மறைந்தவர்களது படங்களை பூஜை அறையில் வைப்பது சரியல்ல என்று நான் கருதுகிறேன். புகைப்படம் இல்லாத காலத்தில் முன்னோர்களது சித்திரங்களை எழுதிப் பூஜை அறையில் வைத்ததில்லையே! இறைவனோடு கலந்து விட்டார் என்பதும் இறைவனோ அவர் என்பதிலும் உள்ள வேற்றுமை புரிகிறதா?

வி. பத்மஷீலா, சென்னை - 42.

இன்று பிள்ளைகளிடம் போட்டியுடன் பொறாமையும், எதிலும் வெற்றி பெற வேண்டும் என்ற ஆர்வம் கலந்த ஆதங்கமும் அதிகரித்து வருகிறது. இது ஆரோக்கியமான போட்டியாகவும் அதில் வெற்றிகாண வழிமுறையைக் கூறுங்கள்.

காலத்தின் கோலம் என்பது இதுதான். ''சமாளிக்கும் திறனற்றுத் தன் குழந்தை வாழ்க்கையில் பிந்தி விட்டால்'' என்ற அச்சந்தான் நீங்கள் கூறும் ஆர்வம் கலந்த ஆதங்கம். ஆனால் அளவுக்கு அதிகமாக அவர்களை விரட்டினால், சிறு வயதிலிருந்தே மற்றவர்களை ஏறி மிதித்துச் செல்வதுதான் வாழ்க்கை என்ற தப்புக் கணக்கைப் போட்டு அதற்காக நுண்ணிய

மனித உணர்வுகளையும் காலடியில் போட்டு நசுக்கிவிடப் பழகி விடுவார்கள். பிறகு அதனால் நாமே கூடப் பாதிக்கப் பட்டால் ஆச்சரியப்படுவதற்கில்லை. போட்டி இருக்க வேண்டும். ஆனால் அது நட்பு உணர்வை அழிக்கக் கூடாது என் பதைச் சொல்லித் தட்டிக்கொடுத்து வளர்க்க வேண்டிய பெரும் பொறுப்பு பெற்றோர்களாகிய உங்களது!

எம். சரஸ்வதி, கோவை.

ஆசையே துன்பத்திற்குக் காரணம் என்று புத்தரும், எல்லாவற்றிற்கும் ஆசைப் படு. அப்பொழுதுதான் முன்னேற முடி யும் என்று ஜக்கிவாசுதேவ் கூறுகிறார்கள்? எதைப் பின்பற்றுவது? தயவுசெய்து விளக்கம் தேவை.

ஆசை இல்லையென்றால் வாழ்க்கை ஏது? புத்தர் தவிர்க்கச் சொன்ன ஆசை பேராசை! பேராசை வந்து விட்டால் நினைத்ததை அடையத் தீய வழியையும் மேற்கொள்ளத் தூண்டும். ஆசை வேண் டும். சின்னச் சின்ன ஆசைகள்தான் நமக்குக் கிடைத்துள்ள இந்தப் பிறவியை அர்த்தமுள்ளதாக்குகின்றன. எனவே, எல்லோரும் நல்ல விஷயங் களுக்காக ஆசைப்படுவோமே! அந்தச் சின்ன ஆசைகள் நிறைவேறினால் வாழ்க்கையில் பிடிப்பு ஏற்படும். ஆக்க பூர்வமாகச் செயல்படத் தொடங்கு வோம். இன்னும் பல நல்ல விஷயங் களுக்காக ஆசைப்படுவோமே! ஆசையே அலை போலே நாமெல்லாம் அதன் மேலே ஓடம் போல மிதப்பதிலும் ஒரு சுகம் இருக்கிறது! நன்றாக ஆசைப் படுங்கள்! ஆசைகளில் சுயநலம் இல்லா மல் பொது நலம் மேலோங்கி இருக் கட்டும்! ஆசைகளே அர்த்தமுள்ள வண் ணக் கனவுகள்! கனவுகள் இனிமை யானவை!

* இந்த மாதம் அன்பு வட்டம் சிறந்த கேள்விக்கு நர்மதா பதிப்பகம்,
சென்னை - 17 வழங்கும்
ரூ. 250/- மதிப்புள்ள புத்தகங் களைப் பரிசாகப் பெறுபவர் :
இரா. சு. பிரகாசம், திருச்சி.

மறுபிறவி

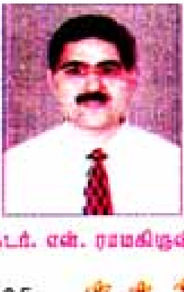
தானத்தில் சிறந்தது உதானம்!

உலகத்தில் உள்ள பல்வேறு மதங்களின் கோட்பாடுகள் உதானத்தை ஆதரிக்கின்றனவா என்ற கேள்வி பலர் மனதில் எழுந்திருக்கக்கூடும். இந்து மதத்தில் உதானத்தை ஆதரித்தோ, எதிர்த்தோ தெளிவான கருத்துகள் இல்லாவிட்டாலும், பொதுவாக இது ஒரு தனிமனிதனின் முடிவுதான் என்ற கருத்தே முக்கியமாக வெளிப்படுகிறது. இந்துமதத்தைச் சார்ந்தவர் பலர் என்னிடம், "உறுப்புகளைத் தானமாகக் கொடுப்பதில் எனக்கு ஆட்சேபணை இல்லை. ஆனால் முழு உடலையும், மருத்துவக் கல்லூரிக்கு ஆராய்ச்சிக்காகக் கொடுத்தால், எஞ்சியிருக்கும் உறுப்புகளை என்ன செய்வார்கள் என்ற கேள்வி எழுகிறது - எரிப்பார்களா, புதைப்பார்களா?" என்ற வினாவை எழுப்பியுள்ளனர். அரசு விதிமுறைகள்படி எஞ்சியிருக்கும் எந்த சதையும் ஒழுங்குமுறையாகச் சுற்றுப்புற சூழ்நிலையைப் பாதிக்காத முறையில் அழிக்கப்படும் என்ற பதில் சிலருக்கு திருப்தியளிக்கும் வகையில் இல்லை என்பது அவர்களின் முகமாற்றத்தில் தெளிவாகத் தெரியும்!

கத்தோலிய மதத்தைச் சேர்ந்தவர்களும், அவர்களின் முக்கிய சபையான வாடிகனில் உள்ள போப்பாண்டவரும் உதானத்தை ஆதரித்து, 'இது பிற மானிடர்களுக்கு நாம் கட்டாயம் செய்ய வேண்டிய பரோபகாரம்' என்று வெளிப்படையாகக் கருத்து தெரிவிக்கின்றனர். இதே போன்ற கருத்து ஜிவிஷ் மதமும், பௌத்த மதமும், வேறு சில கிருத்துவப் பேரவைகளும் (பெந்தகோஸ்டல், அஸெம்ப்ளி ஆஃப் காட்) தானம் ஒரு தனிமனிதனின் முடிவுதான் என்றும் மதக்கோட்பாடுகள் இதைத் தடுக்கவோ, ஆதரிக்கவோ இல்லை என்ற போதனையை அளிக்கின்றன. ஆசாரமான கிரேக்க மதத்தைச் சார்ந்தவர்கள் உதானம் இன்னொரு வாழ்வு கொடுக்குமெனில் அதை ஆதரிக்கிறார்கள். ஆனால், முழு உடலையும், மருத்துவக் கல்லூரிக்கோ, ஆராய்ச்சிக்கோ கொடுப்பதை ஆதரிப்பதில்லை.

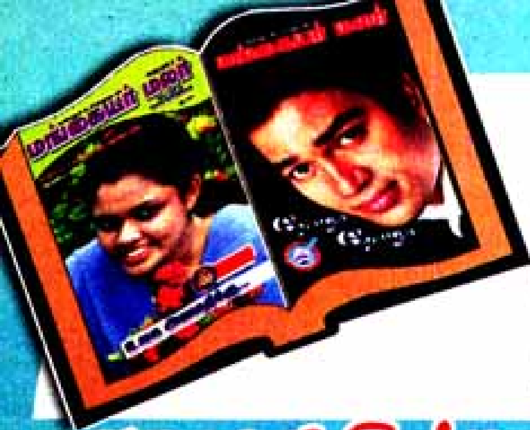
இஸ்லாம் மதம் பிற உயிரைக் காப்பது முஸ்லீம்களின் முக்கியக் கடமை என்ற கருத்தைத் தெரிவிப்பதோடு நிற்காமல், இதைத் தெளிவுபடுத்தும் வகையில், "முன்கூட்டியே எழுத்து வடிவில் இத்தகைய விருப்பத்தைத் தெரிவிப்பது அவசியம்" என்றும் "தானம் செய்யப்பட்ட உறுப்புகள் உடனடியாக உபயோகப்படுத்தப்பட வேண்டும், சேமித்து பிறகு உபயோகப்படுத்துவதை ஆதரிக்கவில்லை" என்கிறது. ஜெஹோவாஸ் விட்னஸ் என்ற குழுவைச் சார்ந்தவர்கள் இரத்த தானத்தைச் செய்யவோ, ஏற்கவோ மறுப்பார்கள். இவர்களின் கருத்தில் "உதானம் செய்வது தனிமனிதனின் கருத்தானாலும், உறுப்புகளில் உள்ள இரத்தத்தை முழுமையாக வடித்த பின்னரே அதைத் தானமாகக் கொடுக்கவோ ஏற்கவோ வேண்டும்."

மதரீதியாகவும், தத்துவரீதியாகவும் மறுபிறவியைப் பற்றி ஆராயாமல், மருத்துவரீதியாக இன்னொருவரை வாழவைத்து மறுபிறவி எடுப்பதைப் பற்றி சற்றே யோசியுங்கள். ஏனென்றால்... "இது அதையும் தாண்டி புனிதமானது!"



டாக்டர். என். ராமகிருஷ்ணன்


DUMEX
Building better people
வாட்டர் டேங்க்கர் இன்னும் 5 நிமிஷத்தில் வந்திடும். மின் பண்ணிட்டேன்னா, வீட்ல ஒருத்தர் கூட குளிக்க முடியாது. யப்பா!
புரோட்டினெக்ஸ் டயபீட்டீஸ் உங்களை அக்கறையாக கவனித்துக் கொள்வதனால்,
உங்கள் குடும்பத்தை நீங்கள் அக்கறையாக கவனித்துக் கொள்ள முடியும்.
சர்க்கரை நோய் என்றாலே அது உங்கள் உணவில் குறிப்பிடும்படியான
கட்டுப்பாடுகளை போட்டு விடுகிறது. அதன் விளைவாக உங்கள் உடலுக்கு
சரியான போஷாக்கு கிடைக்காமல் போய் விடுகிறது. அதனால் எப்படி
சுறுசுறுப்பாக இருக்க விரும்புகிறீர்களோ அதைவிட சோம்பலாகி விடுகிறீர்கள்.
அதனால்தான் இந்தியாவின் நெ. 1 புரோட்டீன் இணை உணவு
உங்களுக்கென்றே கொண்டு வந்துள்ளது. புரோட்டினெக்ஸ் டயபீட்டீஸ்.
விஞ்ஞானபூர்வமாக தயாரிக்கப்பட்டுள்ள இது உங்கள் உடலுக்கு தேவைப்படும்
எல்லா ஸ்பெஷல் போஷாக்கு தேவைகளையும் நிறைவு செய்கிறது.
உங்கள் குடும்பத்தினருக்கு மிகவும் தேவைப்படுவதை அளித்திடுங்கள்.
ஆம் ஆரோக்கியமும் சுறுசுறுப்புமான நீங்கள் தான் அவர்களுக்கு தேவை.
புரோட்டினெக்ஸ் டயபீட்டீஸ் அனுகூலத்தை உங்களுக்காக பெற்றுக் கொள்ளுங்கள்
அதிக நார்ச்சத்து (ஃபைபர்)
மிகச் சிறந்த தரமான புரோட்டீன் வைட்டமின்கள் மற்றும் மினரல்கள்
DUMEX
Protinex
www.youngnutritionindia.com
LOWE DB WRI TAM



மதுரையா? சிதம்பரமா? மதுரமான அலசல்!

✉ தோழா... தோழா... சிறப்பிதழில் ஆண்களுக்கு ஏற்படும் மனரீதியான பிரச்னைகளை நன்கு அலசியிருந்தீர்கள். தோழர்களுக்கு தோள் கொடுத்துள்ளீர்கள்!
செங்கல்பட்டு, க. காந்தி ராஜ்.

✉ 'பாக்கை' பற்றிய அதிர்ச்சி ரிப்போர்ட்! இனிமே பாட்டு எழுதவறங்க இப்படி எழுதுவாங்களோ? "கொட்டப் பாக்கு கொழுந்து வெத்தலையும் போட்டா வாய் சிவக்கும்... சேந்தாப்பல இதையே போட்டா நிச்சயம் ஒருநாள் வாய் 'பொளக்கும்'...ன்னு?
செங்கல்பட்டு, ஸ்ரீகாந்த்.

✉ மங்கையர் மலர் எவ்வளவோ பரிசு அள்ளிக் கொடுத்தபோதிலும் பழைய இதழ் வைத்துக் கொள்ளாத காரணத்தால் ரூ.25,000 மணிமங்கை போட்டியில் கலந்து கொள்ள முடியவில்லை என்கிறதை நினைக்கும் போது சிறிது வருத்தமாகத்தான் இருக்கிறது.
சென்னை - 40, ந. நாகலெட்சுமி.

✉ ஆணாகப் பிறந்தது எல்லாம் அழகு! என்பதற்கு விலங்குகளின் படத்தை விட அதற்குத் தகுந்தாற்போல் ஒவ்வொன்றுக்கும் அடித்த கமெண்ட் சூப்பராக இருந்தது.
திருவாரூர், டி. முருகேசன்.

✉ மகாதானபுரம் ரா. தரங்கிணி எழுதிய 'கதை கேளு கதை கேளு' சிறப்புக் கதை என்னை உலுக்கியெடுத்து மௌனத்தில் உறைய வைத்தது. அவர் எழுதிய நடையும், அக் கதையின் கருவும் வெகு ஜோர்.
கும்பகோணம், லக்ஷ்மி ரவி.

✉ பத்மா அவர்கள் எழுதிய 'நேர்த்திக் கடன்' சிறு கதையைப் படித்தவுடன் என் கண்களில் கண்ணீர். எத்தனை இளைஞர்கள் இது போல் பொருளாதார நிலைமையினால் படிக்க முடியாமல் ஆசைகளை அடக்கிக் கொண்டு வாழ்கிறார்கள். உதாரணத்திற்கு நானே! பொருளாதாரச் சூழ்நிலையினால் அதிக மதிப்பெண் பெற்றும் என்னால் மேற்படிப்பு படிக்க முடியவில்லை.
சென்னை - 64, வத்சலா சதாசிவன்.

✉ சென்ற மாதம் தொலைக்காட்சியில் காய்கறிகளையே நகைகளாக அணிந்து வந்த பெண்மணிகளைப் பார்த்து ஆச்சரியப்பட்டேன். (பெங்களூர் வெள்ளி விழா நிகழ்ச்சியில்) வியந்தேன். இனிமேல் தி.நகர் உஸ்மான் ரோட்டைக் காட்டிலும் கோயம்பேடு மார்க்கெட்டுக்குத் தான் கூட்டமும் கொண்டாட்டமும் இருக்கும் போல!
நியூடெல்லி, லக்ஷ்மி விஸ்வநாதன்.

✉ 'சசவரி ஜெகதீச்வரி' பகுதியில் ஆடும் அருட்சோதியாய் ஆதிசிதம்பர நடராஜர், பிரம்ம வித்யாம்பிகை ஆகியோரைப் பற்றிய காணக் கேட்கக் கிடைத்தற்கரிய அற்புத விஷயங்களை வாசிக்க வைத்து ஆனந்தம் அடைய வைத்து விட்டீர்களே!
நெய்வேலி, க. இந்துமதி.

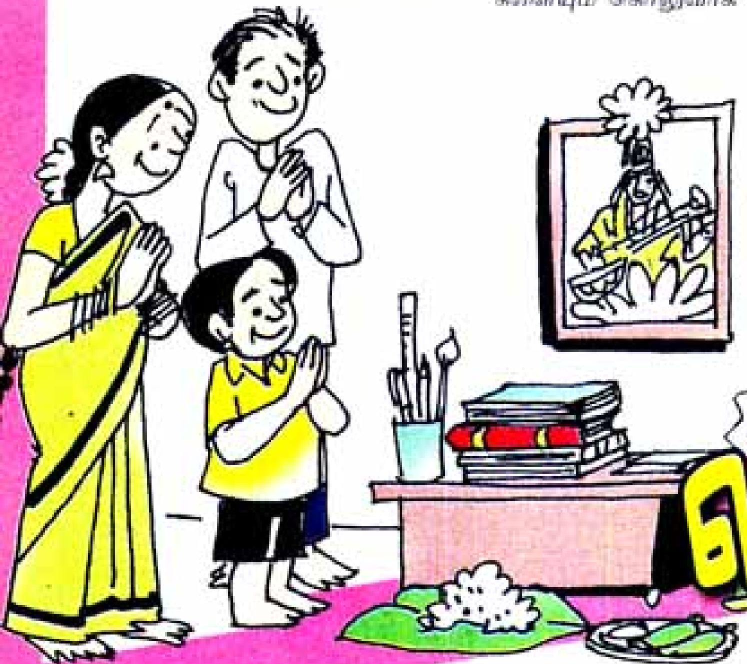
✉ மதுரையா? சிதம்பரமா? - மதுரமான அலசல்! மதுரை பற்றிய தன்னிலை விளம்பலாகவும், சிதம்பரத்துக்கு ஓர் அப்பீலாகவும் அமைந்தது அதன் சிறப்பு.
முத்துப்பேட்டை, அழகிய தமிழ்மகள்.

✉ **மத்தன் பச்சடி விளக்கம் :**
மத்தன் என்பது வெள்ளைப் பூசணிக்காய் அல்ல. மஞ்சள் பூசணிக்காய். அதில் செய்வதுதான் மத்தன் பச்சடி என்பது!
சென்னை - 83, எச். கமலம்.

✉ அன்பு வட்டம் பகுதியில் ஆலயம் சென்று இறைவனை வழிபாடு செய்வது குறித்த கேள்விக்கு அளித்திருந்த பதில், என் மனதில் நீண்ட நெடுங்காலமாக மண்டிக் கிடந்த அதே போன்றதொரு மனக் குழப்பத்தினை விரட்டியடித்து, மனநிம்மதி அளித்தது.

சென்னை - 78,
மேகலா மாணிக்கம்.

கொலு



வரலக்ஷ்மி விரதத்தை பெற்ற தாய் சொல்லித் தருவது போல, மங்கையர் மலர் சொல்லித் தந்ததை வரவேற்று, வாசகியர் கொலு வைக்கச் சொல்லித் தரும்படி கேட்டு எழுதியுள்ளனர். இதை விட மகிழ்ச்சி வேறு ஏது? கொலு வைப்பதில் குடும்பத்தினர் அனைவருக்கும் பங்கு இருக்கிறது. கூட்டுக் குடும்பமாக இருந்தபோது இருந்த நிலை வேறு. இப்போது பறவைக் கூட்டுக் குடும்பம், அதாவது கணவன் - மனைவி, குழந்தைகள் மட்டுமே வாழ்கின்ற வாழ்க்கையில் பல விஷயங்களைச் சொல்லித் தரப் பெரியோர்கள் இல்லை அல்லது பெரியோர்கள் பழைமையை மறந்து விட்டனர்.

புதிதாக வைக்க ஆசைப்படுபவர்கள் எப்படி ஆரம்பிப்பது?

முக்கியமாக மரப்பாச்சி பொம்மைகள் ஒரு ஜோடி (நண்பர்கள் வாங்கிப் பரிசாகத் தரலாம்). மற்றும் மண்பொம்மைகளாக விநாயகர், அம்பாள், லக்ஷ்மி, சரஸ்வதி ஆகிய பொம்மைகளை வாங்கி அருகிலிருக்கும் கோயிலில் வைத்து வணங்கி விட்டு வீட்டுக்குக் கொண்டு வருவது தான் நடைமுறையில் எளிது, சாத்தியமானதும் கூட!

கிழக்கு மேற்காகப் பார்த்து (தெற்கு நோக்கி வைக்கக் கூடாது) ஒரு இடத்தில் ஐந்து படிகள், ஏழு படிகள், ஒன்பது படிகள் என்று அவரவர் வசதிக்கேற்ப படிகள் அமைக்க வீட்டிலுள்ள மேசை போன்ற பொருட்களைத் தேர்ந்தெடுக்க வேண்டும். கொலுப்படிகள் வசதியாகக் கிடைக்கின்றன. வீட்டிலுள்ள அலங்காரப் பொருட்களையும் கொலுவாக வைக்கலாம்.

புரட்டாசி மாத மஹாளய அமாவாசை அன்று, கலசத்தை வைப்பது ஒரு சிலர் வழக்கம். மரப்பாச்சி பொம்மைகளை மட்டும் படியில் வைத்து ஆரம்பிப்பது சிலர் வழக்கம்.

'மஹாளய அமாவாசை' என்று சொன்னதுமே என் எண்ணப் பறவை சிறகடித்துப் பறக்கிறது! நான் திருமணமாகிக் கல்கத்தாவில் துவங்கிய ஒரு பழக்கத்தை இன்றளவும் கைக்கொண்டு இருக்கிறேன். மஹாளய அமாவாசை தினம் அதிகாலை 4 மணிக்கு அகில இந்திய வானொலியில் எல்லா அலைவரிசைகளிலும் 'மஹாளயா சண்டிபாட்' என்று தேவி மஹாத்மியம் ஸ்லோகங்களையும் பாடல்களையும் அதற்கான விளக்கவுரையையும் கேட்பது இந்த உலகையே மறக்கச் செய்யும் அனுபவம். இன்றும் கேட்

கும் போது கிடைக்கின்ற மனநிறைவும், அமைதியும் அடுத்த மஹாளயா வரையில் விரவி மகிழ்ச்சியூட்டுகின்ற என் அனுபவத்தை இங்கு சொன்னது, அதை நீங்களும் பெற்று மகிழ வேண்டும் என்பதற்காகத்தான். உங்கள் வீட்டு அமைப்பின் சௌகரியப்படி மற்ற அலுவல்களுக்கு இடைஞ்சல் இல்லாத இடத்தில் மேசை, பெட்டிகள், முக்காலி ஆகியவற்றைக் கொண்டு குறைந்தபட்சம் ஐந்து படிகளை அமைக்கவும். ஒரு படி, மூன்று படிகளைத் தவிர்க்கவும்.

படிகளை அமைத்த பின்னர் அதன் மீது பழைய செய்தித்தாள்களை இரண்டு மூன்றாகப் போட்டுக் காகிதத் தாள்களை ஒட்டி விடவும். (ஸ்டேப்ளர் போடலாம்). அதன் மீது இரண்டு வேட்டிகளை சமமாக மேலிருந்து கீழ் வரை விரித்து நடுவில் இணைப்பதற்கும் பக்கவாட்டில் படிய வைப்பதற்கும் குண்டூசிகளைப் பயன்படுத்தலாம். துணி காற்றில் பறக்காமல் இருப்பது பாதுகாப்பானது. "ஏன் பட்டுப் புடைவைகளைக் கலர் கலராகப் போடக் கூடாது?" என்று கேட்ட கேள்விக்கு என் பாட்டி ஜானகி அம்மா தந்த விடை இதுதான்! தூய்மையான மனதோடு இறையுருவங்களை இந்தக் கொலுவில் வைக்கிறோம் என்பதற்காகத்தான் வெள்ளை நிற வேட்டி அல்லது துணி.

இப்போது படிகளும் மேல் விரிப்பும் தயார். இந்தப் படிகளின் பின்னால் ஒரு விரிப்பினைத் தொங்க விட வேண்டும். (பின்னால் இருக்கும் அலமாரி பீரோ ஆகியவைகளை மறைக்கத்தான்.) இல்லத்தரசியாகிய



வைக்கலாம் வாங்க!





நீங்கள் குளித்துவிட்டு பொட்டிட்டு இறைவன் முன்னால் விளக்கேற்றி, பழம் வெற்றிலை பாக்கு வைத்து அருகே ஆண் பெண் என ஜோடியாக மரப்பாச்சிகளை வைத்து வணங்கி விட்டு, நல்ல ஒரு விழாவினை இறைவனே உடன் இருந்து கொண்டாட வேண்டும் என்று மனப்பூர்வமாக வேண்டிக் கொண்டு, மரப்பாச்சி ஜோடிகளை உங்களுக்குத் தெரிந்த இறைவணக்கப் பாடலோடு ஏதேனும் ஒரு படியில் வைக்கவும். பாடல் தெரியவில்லையா? இதோ!

வாக்குண்டாம் நல்ல மனம் உண்டாம் மாமலராள்

நோக்குண்டாம் மேனி நுடங்காது பூக்கொண்டு

துப்பார் திருமேனி தும்பிக்கையான் பாதம்

தப்பாமல் சார்வார் தமக்கு!

முழு முதல் கடவுளான விநாயகப் பெருமான் எந்த விக்கினமும் இன்றி எல்லாவற்றையும் நடத்தித் தருவார்!

வீட்டில் பெரியவர்கள் இருந்தால் அவர்கள் கையால் வைக்கச் சொல்லுங்கள்! இன்னும் சிலர் வீட்டில் கலசம் வைத்துத் தொடங்குவார்கள். அதற்கு ஒரு கலசத்திற்குச் சுற்றிலும் சுண்ணாம்பைத் தடவி விட்டுச் சந்தனம் குங்குமம் பொட்டு வைத்து கலசத்தின் உள்ளே பச்சரிசியை நிரப்பி ஒரு காசையும் போட்டு மேலே மாவிலையும் மஞ்சள் தடவிய தேங்காயும் வைத்துக் கொலு அம்மனாகப் பூஜையறையிலிருந்து எடுத்து படியில் வைக்கவும்.

கொலு பொம்மைகளை வைக்க வேண்டிய விதி முறைகள் : மேல் படியில் எல்லா வற்றிற்கும் மேலான பரம்பொருளான தெய்வ உருவங்களை வரிசை யாக வைக்க வேண்டும். அதற்கு அடுத்த படியில் இறைவன் அவதாரங்களான பொம்மைகளையும், மூன்றாவது படியில் வழிகாட்டும் குருமணிகளான ஆசார்யர்களுடைய பொம்மைகளையும், அரசர்கள் பொம்மைகளையும் அடுத்த படியில் மனிதருள் மாணிக்கங்களையும் ஐந்தாவது படியில் உலகில் உள்ள மனிதர்கள் விலங்கினங்கள், எதை வேண்டுமானாலும் வைக்கலாம். எல்லா உயிர்களிலும் இறைவன் இருக்கிறான் என்பதுதான் தத்துவம். கீழே தரையில் மிருகங்கள் பயிரினங்கள், குளம், மலை, தோட்டம், கோயில், சுவாமி ஊர்வலம் இப்படி உங்களுக்குப் பிடித்ததை வைத்து மகிழலாம்.

அடாடா! செட்டியார் மளிகைக் கடையை மறந்து விட்டோமே! உண்மையில் குண்டான மனிதனை ஹேப்பி மேன் என்று ஃபெங்சுயி இன்று காட்டுவதை அன்றே நம் முன்னோர்கள் சிரிக்கும் செட்டியாராகச் சித்திரித்திருக்கிறார்கள்!

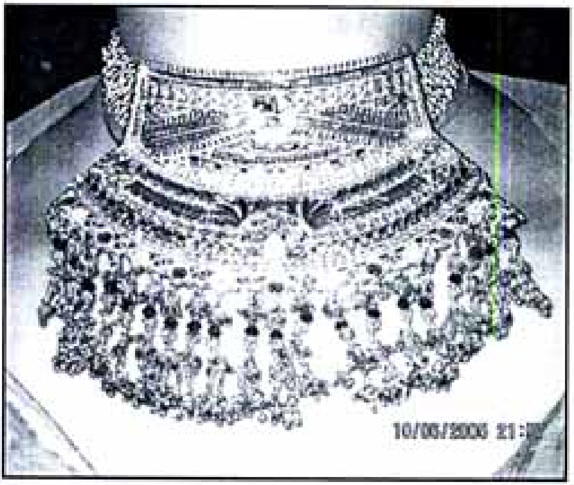
கொலுப்படியின் முன்னால் ஒரு கோலத்தை இட்டு விடுங்கள். அடுத்த நாளிலிருந்துதான் நவராத்திரி ஆரம்பம்! தினமும் வீட்டு வாசலில் கோலம் இட்டுக் காவி பூசுவது இந்த வீட்டில் குறையில்லாமல் விழாக் கொண்டாடுகிறார்கள் என்பதைக் குறிக்கும்.

பூஜையாகச் செய்பவர்கள் முதல்

SRI LAXMI MUTHU MAALIGAI

NAVARATHIRI SALE

Upto 35% Discount! Limited Offer Hurry!!



Buy Rs.999/- and above Get 1 No. ½ gm Gold Forming Chain FREE

- Daily 1st 10 Customers get one 1/2 gm Gold Forming Bangles **FREE**
- Daily 10 to 20 Customers get one Gold Forming pendent **FREE**
- All customers get one Real Pearl **FREE**

பல ரகங்களில் முத்து, பவளம் அமெரிக்கன் டைமண்ட்

நவரத்தின மற்றும் ஜெயப்பூர் மாலைகள் ஸ்படிக மாலைகள்

Polki, Kundan, 1 gm & 2 gm Gold Forming Jewellery

All Credit Cards Purchasers will Get Extra Surprise Gift

LMM LAXMI MUTHU MAALIGAI

Shop No.8, 9, Ground Floor,
Kasi Arcade,
No.116, Thiyagaraya Road, T.Nagar,
Chennai - 17.
Ph : 28150856 / 28155650

Also at : Sri Sakthi Plaza,
Shop No.1 Basement No.70,
Pondy Bazzar, Next to Maya's Plaza
T.Nagar, Chennai - 17
Ph : 28153383 / 28153393

இதே போன்ற பெயர் உள்ள வேறு கடைகளுக்கு சென்று ஏமாற வேண்டாம். எங்கள் ஆதரவு உங்களுக்கு எப்போதும் உண்டு.

Wanted Sales Commission Basis Agents (Women)

மூன்று நாட்கள், துர்கைக்கும், அடுத்த மூன்று நாட்கள் லட்சுமிக்கும், அடுத்த மூன்று நாட்கள் சரஸ்வதிக்கும் உரிய பூஜைகளைச் செய்ய வேண்டும். தினசரி லலிதா சஹஸ்ரநாமம் படித்தாலே போதும். தமிழில் பூஜிக்க விரும்புவோர் அபிராமி அந்தாதியைப் படித்தால் போதும். துர்கா, லட்சுமி, சரஸ்வதி துதிகள் இந்தப் புத்தகத்தில் கொடுக்கப் பட்டுள்ளன. ஒவ்வொரு நாளும் ஒவ்வொரு வகைப் பாயசம் செய்து நிவேதனம் செய்யலாம்.

நவராத்திரி பூஜையாகச் செய்யாமல் குழந்தைகளுடைய ஆசைக்கு மட்டும் என்று செய்பவர்கள் ஒன்றை மனதில் கொள்ள வேண்டும். நவராத்திரி கொலுவே தெய்வம் என்பதால், தினமும் மாலை வேளைகளில் விளக்கேற்றி வைத்து ஏதேனும் ஒரு சுண்டல் அல்லது காலத்திற்கேற்ப குழந்தைகள் விரும்பும் படி சாட் வகை, தட்டை, முறுக்கு என்று ஏதாவது ஒன்றைச் செய்து அல்லது பழம் வைத்து கொலுவீற்றிருக்கும் துர்கா, லட்சுமி, சரஸ்வதி, ஆகிய மூன்று தேவியருக்கும் நிவேதனம் செய்துவிட்டு, அக்கம்பக்கத்திலுள்ளவர்களை அழைத்து தாம் பூலம் சுண்டல் ஆகியவற்றைத் தர வேண் டும். இதன் பொருள், "இறைவன் நமக்குத் தந்துள்ளவைகளை மற்றவர்களோடு பகிர்ந்து கொள்வதுதான். இந்த உலகினைப் படைத்த பரம்பொருளுக்கு செய்யும் நன்றிக்கடன்" என்பதுதான்.

மாபெரும் தத்துவங்களை எவ்வளவு எளிதாக்கி நமக்குத் தந்திருக்கிறார்கள் நமது முன்னோர்கள் என்று எண்ணும் போது பழமையின் பெருமையில் பூரிக்கிறோம்! நிறைவாக தினமும் ஒரு தட்டில் கொஞ்சம் நீரில் மஞ்சள் பொடி, சுண்ணாம்பு கலந்து ஆரத்தி கரைத்து கொலுவுக்கு முன்னால் சுழற்றி விட்டு வைத்து விடவும். கொலுவின் அழகைப் பார்த்தவர்கள் கண்பட்டிருக்காதா?

சரஸ்வதி பூஜை

கொலு வைத்தாலும் வைக்காவிட்டாலும் மஹாநவமி என்று சரஸ்வதி பூஜையை எல்லோரும் கொண்டாட வேண்டும். கலையும், கைவண்ணமும் ஆக விளங்கும் சரஸ்வதி தேவியின் படத்திற்கு அல்லது உருவத்திற்கு அணிவிக்க (கருப்பு கலக்காத) வெள்ளையில் பூப்போட்ட ரவிக்கைத் துணி தேவைப்படும். வீட்டிலுள்ளவர்களுடைய பள்ளிப் புத்தகங்கள், பேனா, பென்சில், வாத்தியங்கள், கணக்குப் புத்தகங்கள் இன்னும் அறிவுக்குத் தெய்வமான சரஸ்வதி ஆசி கூற வேண்டியவற்றையெல்லாம் வைத்து பூஜை செய்ய வேண்டும். அன்று கொண்டைக் கடலை சுண்டல் செய்வது வழக்கம். மாற்றிச் செய்தாலும் தப்பில்லை.

வீட்டுக் கதவுகள்; நிலைகள், பீரோக்கள், பணப்பெட்டி, மேசை, நாற்காலி, வாகனங்கள் ஆகிய எல்லாவற்றிற்கும் சந்தனம், குங்குமம் வைப்பது வழக்கம். இந்தப் பொறுப்பைக் குழந்தைகளிடம் விட்டு விடுங்கள். பாருங்கள் அவர்கள் எப்படிச் செய்கிறார்கள் என்று!!

விஜயதசமி

சரஸ்வதி பூஜைக்கு மறுநாள் வெற்றி தரும் நாள் என விஜயதசமி எனப்படும். அன்றும் பூஜை செய்து பாயசம், வடையுடன் அன்னம், பருப்பு எல்லாம் வைத்து நிவேதனம் செய்வது வழக்கம். அதன் பிறகு வீட்டிலுள்ள பெரியவர்களைக் கொண்டு (உங்கள் கணவர்தான் பெரியவரா? ம்ம் கொடுங்கள் பொறுப்பை!!) பூஜையில் வைத்திருந்த புத்தகங்கள், வாத்தியங்கள் ஆகியவற்றைச் சற்று வடக்கு நோக்கி நகர்த்தி விட்டு அதிலிருந்து குழந்தைகளுக்குப் புத்தகங்களை எடுத்துத் தந்து படிக்கச் சொல்லவும். இறைவனுக்கும், பெரியவர்களுக்கும் நமஸ்காரம் செய்வது பணிவை வளர்க்கும். அன்று புதிதாக இசை நாட்டியம் கலைகள் கற்கத் துவங்கலாம்.

அன்று இரவு மரப்பாச்சி பொம்மைகளைப் படுக்க வைத்து விட்டு மறுநாள் கொலுவை எடுத்து விடலாம். கொலு வைக்க உதவிய கண்மணிகள் எடுத்துப் பத்திரப்படுத்துவதிலும் கண்டிப்பாக உதவுவார்கள்! வேலைகளைப் பகிர்ந்து கொள்ளுங்கள்! சந்தோஷமாகக் கொண்டாடுங்கள். எல்லா நன்மைகளையும் முப்பெருந்தேவியர் அனைவருக்கும் அருளட்டும்!

- ரேவதி சங்கரன்

அட்டையில் : ஷீலா

வண்ணப்படம் : ஸ்ரீஹரி


தேடுவதை நிறுத்துங்கள்!
சரியான கிரைண்டர்களின் அணிவரிசை இதோ.
Amirthaa Sleek
3E கிரைண்டிங் டெக்னாலஜியுடன்.
உங்கள் வேலைகளை எளிதாக்குகிறது.
Amirthaa SLX
Amirthaa ALS
குறைந்த செலவில் சிறப்பான
செயலாற்றலை எதிர்பார்ப்பவர்களுக்காக.
Amirthaa TLT
புத்தம் புதிய டேபிள் டாப்
டில்டிங் கிரைண்டர், அமிர்தாவின்
மேலும் ஓர் அற்புத படைப்பு.
AMIRTHAA™
tabletop wet grinders
◂ Let it assist you ▸
2 YEAR WARRANTY
5 YEAR WARRANTY ON MOTOR
Coconut scraper and Atta kneader
• 2 litres capacity • High quality ABS plastic body
• Space saving design • Low power consumption
Available at all leading out lets
*Conditions apply

கோகிலா அமெரிக்காவிலிருந்து வருகிறாள். காவ்யாவிற்கு ரொம்ப மகிழ்ச்சி.

கோகிலா - காவ்யாவின் சித்தி, பல வருடங்களுக்கு முன்பு அமெரிக்கா போய் 'செட்டில்' ஆகி விட்ட இந்தியப் பெண். படிப்பு, பட்டம், நாகரிகம் எல்லாம் அமெரிக்கக் கலாசாரம் தான்.

தன் சித்தி கோகிலாவை புகைப் படங்களில் மட்டுமே பார்த்து ரசித் திருக்கிறாள் காவ்யா.

அந்த பாப் தலையும்; கழுத்தில் ஒரே ஒரு முத்து மாலையும், ஒரு கையில் மட்டுமே கடிகாரம், சூரிதார் வாவ்.. சித்தி இந்த நாற்பது நாற்பத்தைந்து வயதிலும் எத்தனை அழகாக இருக்கிறாள்!

சித்தி கோகிலா தன் பெயரை மட்டும் மாற்றிக் கொள்ளவில்லை! இருந்தாலும் அனைவரும் அவளை 'கோகு' என்றே அழைக்கிறார்கள்.

அம்மா இவள் கூடப் பிறந்தவளா? இவள் அம்மா கட்டுப்பெட்டி! பெயர் கனகா, கனகவல்லி என்கிற பழைய பெயரை காவ்யாதான் சுருக்கி கனகா என்று மாற்றி இருக்கிறாள்!

கனகா சிரிப்பாள்.

''பேர்லே என்னம்மா இருக்கு? மனசுதான் எல்லாத்துக்கும் காரணம்.''

''அப்போ மனசான்னு மாத்தி வைச் சுக்கோ. நல்லா இருக்கு. நாகரிகமாகவும் இருக்கு'' என்பாள்.

அப்பா இறந்த பிறகு அம்மாவிற்கும், பெண்ணுக்கும் நெருக்கம் அதிகமானது. ஒரே பெண் என்பதாலோ என்னவோ கனகா தன் மகள் காவ்யாவிடம் தன் உயிரையே வைத்திருந்தாள்.

காவ்யா 'சைக்காலஜி மெயின்' எடுத்துப் படிப்பவள். சிசுக் கொலை, குழந்தைத் தொழிலாளர்கள் - இப்படிப்பட்ட தலைப்புக்களில் ஆராய்ச்சிக் கட்டுரை எழுதுபவள்.



அடிக்கடி அமெரிக்காவிலிருந்து 'கம்ப்யூட்டரில்' தன் சித்தியுடன் 'சாட்' பண்ணுவாள் காவ்யா.

''வாவ் சித்தி... எத்தனை அழகா இருக்கே! உன்னை நேர்ல பார்க்கணும் போல இருக்கு...''

சித்தி சிரிப்பாள்.

''எனக்கு இந்த அமெரிக்க வாழ்க்கை அலுத்துப் போச்சு. நானும் இந்தியாவுக்கு வந்துடலாம்னுதான் இருக்கேன்.''

''வந்துடு சித்தி... நம்ம வீட்டிலேயே இருக்கலாம். அமெரிக்கா பத்தி செய்தி சொல்லு, என் கட்டுரைகளுக்கு உதவியா இருக்கும்.''

''இப்போ எங்களை விட இந்தியர் களுக்குத்தான் அமெரிக்கா பத்தி நிறையத் தெரிஞ்சிருக்கு. 'இன்டர்நெட்டுலே' போய் எத்தனை எத்தனை இன்பர்மேஷன் சேகரிக்கறாங்க. பத்திரிகைகள்லே படங் கள் வேற...''

''இருந்தாலும் சித்தி... நேர்லே பாக்கற மாதிரி இருக்குமா?''

''பேசாம அமெரிக்காவுக்கு வந்துடு- நான் உனக்கு ஏதாவது யூனிவர்சிட்டிலே அட்மிஷன் வாங்கித் தரேன். நான் அமெரிக்கா சிட்டிசன். ஸோ... உன்னை நான் ஸ்பான்சர் பண்றேன்.''

''ஆசையாகத்தான் சித்தி இருக்கு. ஆனா அம்மா விட மாட்டாங்க. உள்ளூர் காலேஜிலேதான் சேர்த்திருக்காங்க. இந்தியாவிலேயே ஊரை விட்டு ஊர் போறது அம்மாவுக்குப் பிடிக்கல்லை. கட்டுப்பெட்டி...''

''பேசாம ஒரு அமெரிக்க மாப்பிள்ளையைப் பார்க்கச் சொல்லு. உன்னோட கனக வல்லியும்...''

''ஓகே... அம்மாவும் அமெரிக்கா வந்துடட் டும்...''

கூட நின்றபடி இந்தச் சம்பாஷணையை 'கம்ப் யூட்டரில்' பார்த்துக் கொண்டிருப்பாள் கனகா.

சித்தி!

விமலா ரமணி



பாப் தலையும்,
கழுத்தில் ஒரு
முத்து மாலையும்,
சூரிதார் வாவ்....
சித்தி நாற்பது
வயதிலும்
எத்தனை அழகு!

"டீ... காமிரா போடு.. மைக் போடு... கோகுலை திட்டிடறேன். 'டைப்' பண்ண நேரமில்லை. இவதான் அமெரிக்காவோட காணாமப் போயிட்டா. உன்னையும் கடத்தத் திட்டம் போடறாளா?" என்பாள்.

இப்படிப்பட்ட சித்தி இன்று வரப் போகிறாள். ஏர்போர்ட்டிற்கு இவள் கால் டாக்ஸியுடன் கிளம்பினாள்.

அம்மாவும் கூட வந்து ஏறிக் கொண்டாள்.

அம்மாவை ஆச்சர்யமாகப் பார்த்தாள் காவ்யா.

வழக்கமாக எங்கே வெளியே போவதானாலும், கோவிலைத் தவிர... "நீயே போயேன் காவ்யா... வீட்டு வேலை நிறைய பாக்கி இருக்கு" என்கிற அம்மாவா?

என்ன இருந்தாலும் தங்கை வருகிறாள்! பல வருடப் பிரிவுக்குப் பிறகு வருகிறாள்! ஆசையாக இருக்காதா?

"என்னம்மா நீயும் வர்றியா?" என்றாள் காவ்யா.

"ஆமாம் கோகுக்கு உன்னை அடையாளம் தெரியுதோ என்னவோ?"

"ஏன் தெரியாது? அதான் கம்ப்யூட்டர் காமிராவிலே பார்க்கறேனே! சரி.. சரி வா தங்கையை உடனே பார்க்க ஆசை! அதைச் சொல்லேன்..."

ஏர்போர்ட்டிற்குப் போனார்கள். காத்திருந்தார்கள். ப்ளைட் வந்தது.

சித்தி கோகு... வாவ்! புகைப்படத்தில் பார்த்ததை விட இன்னும் இளமையாக, அழகான விளம்பரங்கள் பிச்சை வாங்க வேண்டும்! சித்தி இவர்களை நோக்கி வந்தாள். அவள் கண்கள் பனித்திருந்தன.

வீட்டிற்கு வந்து பரிசுப் பொருட்களை கடை பரப்பினாள் கோகு. வாவ்! இத்தனை நாட்கள் வராததற்கு சேர்த்து வைத்து பரிசுப் பொருட்கள்.

இவளுக்கு நிறைய காஸ்மெடிக் ஐட்டங்கள், டிஜிடல் காமிரா, காமிரா செல்ஃபோன். அம்மாவிற்கு கிச்சன் ஐயிட்டங்கள், உண்மைதான், அம்மா இன்னும் சமையல் அறையை விட்டு வெளியே வரவே இல்லையே...

டிஜிடல் காமிராவில் புகைப்படங்களை எடுத்துத் தள்ளினாள் காவ்யா. உடனுக்குடன் அவற்றை 'ப்ரிவ்யூவில்' பார்த்தார்கள். உடனே பிரிண்டரில் 'காப்பி' போட்டு எடுத்துக் கொண்டாள்.

சித்தி இருந்த அந்த இரண்டு வாரமும் பொழுதுபோவது தெரியவில்லை.

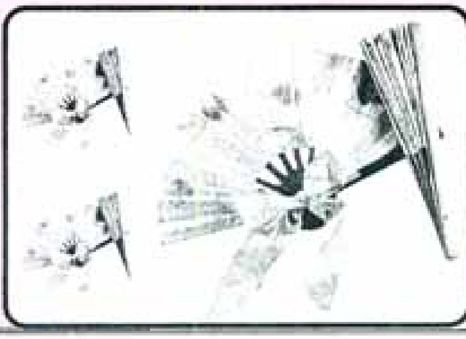
சித்தியையே கட்டிக் கொண்டு அலைந்தாள் காவ்யா. ஒரு நிமிடம் அவளை விட்டுப் பிரியவில்லை. சாப்பிடும் போது, தூங்கும் போது, குளிக்கும் போது மட்டும்தான் தனியாகக் குளித்தாள்!

அன்று சித்தி கனகாவிடம் பேசினாள்.

"கனகா, காவ்யாவை மேற்படிப்புக்கு அமெரிக்கா அனுப்பு. எனக்கும் துணையா இருக்கும். கவலைப்படாதே. நீயும் கூட வரலாம். விசிட்டிங் விசா, பாஸ்போர்ட் எல்லாத்துக்கும் ஏற்பாடு பண்றேன். என்னோடது பெரிய அபார்ட்மெண்ட். கார் வசதி எல்லாம் இருக்கு. தனிமை என்னைக் கொல்றது கனகா.

கிஃப்ட் ஐட்டம்ஸ் உள்ள கிஃப்ட் பேப்பர் எடுத்து விசிறி மாதிரி மடித்து (அ) விசிறி மாதிரி கட் செய்து ஒட்ட வைத்து கொலு வைக்கும் அலமாரி (அ) ஷெல்ஃபில் ஒட்ட வைக்கவும். பார்ப்பவர் கண்களை மிகவும் கவரும்விதமாக கொலு அமையும்.

- பத்மினி ரமணி.



நிறைய உழைச்சாச்சு. ராத்திரி பன்னிரண்டு மணிக்குக் கூட ஆபீஸிலே இருந்து ஃபோன் வரும். கார் எடுத்துட்டு ஓடுவேன். டாலர் டாலரா சம்பாதிச்சாச்சு. எல்லாத்தையும் 'வொயிண்டப்' பண்ணிட்டு இங்கே வரணும்னு பாக்கறேன். அதுலே கொஞ்சம் சட்டச் சிக்கல் இருக்கு. கம்பெனி காண்டிராக்ட் இருக்கு. லோ நீங்க அங்கே வரது பெட்டர்."

கனகா பேசவில்லை. கவலையுடன் தன் மகளைப் பார்த்தாள்.

காவ்யா மெல்லக் கேட்டாள்.

"ஏன் சித்தி தப்பா நினைக்காதே. சின்ன வயசுதானே? நீ ஏன் ஒரு கல்யாணம் பண்ணிக்கக் கூடாது? இப்போ இந்தியாவிலேயே நாற்பது வயசுலேதான் கல்யாணமே பண்ணிக்க ஆரம்பிச்சிருக்காங்க."

கோகிலா சிரித்தாள்.

"இந்தத் தனிமை எனக்குப் பழகிட்டது. முன்னே பின்னே பழக்கமில்லா ஒரு ஆளை நம்பி தம்பளை ஒப்படைச்சா சொத்தும், கற்பும் பறிபோகுமே தவிர, சொந்தம் வராது. வேண்டாம்மா... நான் பல கதைகளைக் கேட்டிருக்கேன். அனுபவிச்சிருக்கேன்."

அதற்கு மேல் காவ்யா பேசவில்லை.

அன்று....

சித்தி ஊருக்குக் கிளம்பும் நாள். ப்ளைட்டுக்கு பல மணி நேரம் முன்பாகக் கிளம்ப வேண்டும். 'இன்டர்நேஷனல் ப்ளைட்' என்பதால் 'செக்யூரிடி செக்கிங்கிற்கு' இரண்டு மணி நேரம் முன்பாகவே அவர்கள் ஏர்போர்ட்டிற்குள் இருக்க வேண்டும்.

நடுநிசியில் ப்ளைட்.

இவர்கள் எட்டு மணிக்கே பரபரத்தார்கள்.

அம்மா காவ்யாவிடம் சொன்னாள்.

"கோவிலுக்கு அபிஷேகத்திற்குக் கொடுத்திருக்கேன். சாயங்காலமே பிரசாதம், அனுப்பறேன்னு குருக்கள் சொன்னார். இன்னும் அனுப்பலை. பக்கத்துலே தான் கோவில். நான் போய் பிரசாதம் வாங்கிட்டு வந்துடறேன். நீ வீட்டிலே இரு. சித்திக்கு 'ஹெல்ப்' பண்ணு..."

பேசியபடி கனகா வெளியே கிளம்பினாள்.

கதவைத் தாழிட்ட காவ்யா சித்தியின் அருகே வந்தாள்.

"மே ஐ ஹெல்ப் யூ?"

"ஒண்ணும் வேண்டாம். சீக்கிரம் யோசிச்சு ஒரு முடிவு எடுத்து அமெரிக்கா வரப் பார். அதுதான் நீ எனக்குச் செய்யுற ஹெல்ப்!"

காவ்யா சிரித்தாள்.

"ஏன் மம்மி? இப்டின்னு என் பேர்லே இத்தனை பாசம்?" என்று காவ்யா கேட்டபோது பெட்டிக்குள் எதையோ வைத்துக் கொண்டிருந்த கோகிலா திடுக்கிட்டு நிமிர்ந்தாள்.

"எ... என்ன சொல்றே?"

"தெரியும் சித்தி... நீதான் என் அம்மான்னு தெரியும்..."

"இ... இதை கனகா..."

"அம்மா சொல்ல மாட்டா. நீ வந்ததுலே இருந்து அம்மாகிட்ட இருந்த ஒரு பரபரப்பை நான் கவனிச்சேன். அனாவசியமான டென்ஷனைப் பார்த்தேன். சந்தேகம் வந்தது. அம்மாவுக்குத் தெரியாம அம்மாவோட 'லாக்கர் சாவி' எடுத்து 'பேங்க்' போனேன். நாங்க இரண்டு பேருமே 'ஆபரேட்' பண்ணக் கூடிய லாக்கர் அது. நான் அதுக்கு இதுவரை போனதே இல்லை. அதுலே நகை, கொஞ்சம் டாக்குமெண்ட் எல்லாம் இருக்கிறதா அம்மா சொல்லி இருக்கா. நேத்துதான் போய்ப் பார்த்தேன். அதுலே முறைப்படி என்னை தத்துக் கொடுக்கிறதா நீ எழுதிக் கொடுத்த பத்திரம். இனி

நிகரற்ற சிக்கனத்தில்...

Gem NIRMAALAYAM

"தூய வாழ்வின் இனிய சங்கமம்"



ஜெம் நிர்மாலயம். வாழ்வின் அதிமுக்கிய வசதிகளுடன், நிறைவு தரும் பசுமைச் சூழலில், உங்கள் குடும்பத்தின் விருப்பத்திற்கும், ரசனைக்கும் ஏற்ப வடிவமைந்த ஓர் பிரம்மாண்டமான குடியிருப்பு. நீங்கள் விரும்பும் நிம்மதி, அமைதி, இருப்பிடத் தூய்மை, பாதுகாப்பு உள்ளிட்ட அனைத்தும் சங்கமிக்கும் இந்த இணையற்ற விலாசம், கோவை மாநகரின் மையத்தில், காந்திபுரத்தின் மிக அருகே கணபதியில் 12 ஏக்கர் நிலப்பரப்பில் உங்களுக்கெனவே சிறப்புடன் உருவாகி வருகின்றது.

சிறப்பு அம்சங்கள்

• இரண்டு / மூன்று / நான்கு படுக்கையறைகள் கொண்ட 145 வீடுகள் (1190 முதல் 2965 சதுர அடி வரை) • வாஸ்து சாஸ்திர அடிப்படையில் உருவானவை • அத்திக்கடவு குடிநீர் • சுத்திகரிக்கப்பட்ட ஆழ்குழாய் கிணற்றுநீர் • ஒவ்வொரு வீட்டிற்கும் சூரிய வெப்பத்தால் இயங்கும் வாட்டர் ஹீட்டர் • மழைநீர் சேமிப்பு வசதி • கிளப் ஹவுஸ் • ஹெல்த் கிளப் • கூடைப்பந்து, வாலிபால் விளையாட மைதானங்கள் • குழந்தைகள் பூங்கா • மின்னொளி வசதி மற்றும் செயற்கை புல்தரை கொண்ட டென்னிஸ் கோர்ட் • இண்டர்காம் வசதியுடன் 24 மணிநேர பாதுகாப்பு • வணிக வளாகம் • பல சிறப்பு மருத்துவ கிளினிக் • தீ விபத்து, கலவரத்தால் விளையும் சேதாரம், நிலநடுக்கம் போன்றவற்றிற்கு 10 வருட காப்புரிமை இலவசம்.

COVAI
PROPERTY CENTRE (INDIA) PRIVATE LIMITED

C-601, Pioneer Apartments, 1075, Avinashi Road, Coimbatore - 641 018.
Ph : 91-422-2216867, 5572625. Fax : 91-422-2216867. Mobile : 098943-17841
www.covaiprop.com E-mail : covaiprop@vsnl.net

இணையற்ற வாழ்க்கைத்தரம்...

Madhuban

GRANDEUR IN SPACE

"வசந்த வாழ்வின் விலாசம்"



HDFC லிமிடெட்-ன் வீட்டுக் கடனுதவியை சிறப்புச் சலுகையில் பெறுங்கள்

மதுபன். கோவை புலியகுளத்தில் ரெட் ஃபீல்ட்ஸ் அருகே எழிலுற உருவாகி வரும் ஓர் உன்னத அடுக்கு மாடி குடியிருப்பு. 'தேன் பொழியும் வனம்' என்ற அர்த்தம் கொண்ட இக்குடியிருப்பு தன் பெயருக்கேற்ப பல்வேறு இனிய சிறப்புக்களை பெற்றுள்ளது.

வான் மழை பொய்க்கும் காலத்திலும், தேன் மழையாய் நிலைக்கும் சிறப்புக்கள்

- இரண்டு / மூன்று படுக்கையறைகள் கொண்ட 25 அடுக்குமாடி குடியிருப்புகள்
- பாதுகாப்பான கார் பார்க்கிங் வசதி
- குழந்தைகள் பூங்கா
- இண்டர்காம் வசதியுடன் 24 மணி நேர பாதுகாப்பு
- சென்ட்ரல் கேஸ் வினியோகம்
- நீச்சல் குளம் மற்றும் உடற்பயிற்சி மையம்
- கார்ப்பரேஷன் குடிநீர் மற்றும் சுத்திகரிக்கப்பட்ட ஆழ்குழாய் கிணற்று நீர்
- சூரிய வெப்பத்தில் இயங்கும் வாட்டர் ஹீட்டர்
- அதிநவீன தீயணைப்பு வசதி
- அழகுற வடிவமைக்கப்பட்ட லேண்ட்ஸ்கேப்

சௌந்தர்யம்

(For people above 50 years of age)

திட்டத்தின்
இரண்டாம் நிலையான

சந்தோஷம்

நவம்பர் மாதத்தில்
துவங்கவுள்ளது

உங்கள் பெயரை பதிவு செய்ய விரையுங்கள்

இத்திட்டங்களை நிர்மாணித்து வழங்குவோர் :

Colonel A.Sridharan, VSM (Retd.),
Mobile : 098943 17840

எமது அனைத்து திட்டங்களின் கட்டிடக்கலை ஆலோசகர் :
Ms. Mini M. Fowler

எமது சென்னை பிரதிநிதி :
Ms. Gita Ramesh,
Ph : 044 - 24463063

எமது மஸ்கட் பிரதிநிதி :
Ms. Latha Natarajan,
Ph : 0096824485592

முன்னாள் ராணுவ வீரரின் சேவை நிறுவனம்

Manipal/CPC/05

குழந்தையைச் சொந்தம் பாராட்ட மாட்டேன்னு எழுதி இருந்த கடிதம், எல்லாம் இருந்தன. அத்துடன் அப்புறம்... அமெரிக்காவிலே இருந்து நீ எழுதின ஏரோகிராம் லெட்டர், பதினெட்டு வருஷத்துக்கு முன்னே எழுதினது.. ஒருத்தனை நம்பி ஏமாந்தது, இந்தச் 'சனியனை' என் வயத்துலே சுமந்துப்போ என்னைக் காப்பாத்தினே. உனக்கு நன்றி. இனி மேற்படிப்புக்கு இடைஞ்சல் இல்லை. எனக்கு இந்தியாவே பிடிக்கல்லை. அங்கே வரவே மாட்டேன். இந்தச் 'சனியனை' நீயே வள. என் முன்னேற்றத்துக்குத் தடை. நீ இதை வளர்க்க சம்மதிச்சதாலதான் நான் பிள்ளை பெத்துக்க சம்மதிச்சேன். இல்லே... கருவிலே அழிச்சிருப்பேன் இல்லை.. பொறந்தப்பறமா கொன்னிருப்பேன். இப்படி... இப்படி கடிதம்..."

பேசிக் கொண்டு வந்த காவ்யாவிற்கு குரல் தழுதழுத்தது.

"சித்தி உனக்கு நன்றி. நான் பிறந்தப்பறமா என்னைக் கள்ளிச் சொட்டுப் பால் விட்டோ, நெல்மணிகளைத் தொண்டைக்குள் அடைச்சோ கொல்றதை விட தன் அக்காவுக்கு தானமா தந்தியே! நன்றி சித்தி. இந்தச் 'சனியன்' சொல்லும் நன்றி..."

"காவ்யா நான் வந்து..."

"உம். இப்போ தனிமை சுடுது இல்லை? அப்போ ஒதுக்கின 'சனியனோட' இப்போ உறவு வேணும்னு தோணுது இல்லை? வேண்டாம் சித்தி. 'சனியன்' தனித்தான் இருக்கணும். அதுதான் ரெண்டு பேருக்கும் நல்லது. அம்மா பாவம், அப்பாவோட இறப்புக்கு அப்புறமா தன் அத்தனை நம்பிக்கைகளையும், ஆசைகளையும் என் மேலே வைச்சிருக்கா. எனக்கு அம்புலி காட்டி அமுதினை ஊட்டி என்னை ஆளாக்கி இருக்கா. அவளுக்கு நாகரிகம் தெரியாம இருக்கலாம். ஆனா மனிதாபிமானமும் நம்ம கலாசாரமும் தெரிஞ்சிருக்கு சித்தி இந்த மண்ணிலேதான் என் ஆன்மாவோட வேர்கள் இருக்கணும் சித்தி. நான் வானத்திலே வேர் ஊன்ற விரும்பவில்லை!

இந்த மண் என் தாய் மண்ணிலே ஊறின என் ஆணிவேரை, கலாசார வேர்களை, பண்பாட்டு உரமிட்டு என் தாய் வளர்த்த பாரம்பரியத்தைப் பிடுங்கி எறிஞ்சுடாதே சித்தி. இதுதான் பெத்த கடனுக்கு நீ எனக்குச் செய்யும் மிகப் பெரிய உதவி! குட்பை..."

பேசிய காவ்யாவை கோகிலா திகைப்புடன் பார்த்தாள்.

காக்கைக் கூட்டிலே முட்டை இட்ட கோகுலம் - குயில்தான் இவள்!

ஆனால் இந்தக் குஞ்சு இவள் கானத்துக்கு மயங்கவில்லை. அமுதூட்டிய காக்கையின் அருகில்தான் இருக்க விரும்புகிறது.

வாசலில் 'காலிங்பெல்' சப்தம்.

கோவிலிற்குப் போன கனகவல்லி திரும்பி விட்டாள்.

கோகிலா கண்ணீரைத் துடைத்தபடி மீண்டும் தன் 'பேக்கிங்கில்' மூழ்கினாள்!



IS 2347
ISO 9001 : 2000
KCR
1
2
பெர்ஃபெக்ட்
எதை தேர்ந்தெடுத்தாலும்
அது சரியான தேர்வே
1.5 - 12 லி.
அளவுகளில்
கிடைக்கும்
Anantha®
5 years warranty
www.kasianamthacookers.com



மினி பொம்மைகள்

மண் பொம்மை வாங்கினால் சுமப்பதெப்படி? பாதுகாப்பதெப்படி? எனக் குழம்பி இருக்கிறீர்களா! கவலை வேண்டாம். ஐந்து ரூபாய்க்கும், பத்து ரூபாய்க்கும் அழகான ரப்பர் பொம்மை கிடைக்கிறது. அதை வாங்குங்க. பொன்முடியா? கறுப்பு பேப்ரிக் பெயிண்ட் அடிங்க. தையல் கடையில் கிடைக்கும் பிட் துணிகள், சரிகை லேஸ் உங்களிடம் உள்ள வேண்டாத ஜாக்கெட் பிட் போதும், அழகாக அந்த ரப்பர் பொம்மைகளுக்கு அலங்காரம் செய்யலாம். என்ன செட் வேண்டுமோ -

உதாரணம் : புராண ஆண்டாள் கல்யாணம், உங்கள் வீட்டில் நடந்த, நடக்கப்

கொலு பாரு...

எங்கள் பெங்களூரில் போன வருடம் ஒரு வித்தியாசமான கொலுவைப் பார்த்தோம். பிரமித்தோம். பணசங்கரி ஸெகண்ட் ஸ்டேஜிலுள்ள திருமதி உஷா மதுரநாதன் வீட்டுக்குச் சென்றிருந்தோம். வீடே கலைக்கோயில் மாதிரி இருக்கிறது.



• உஷா

சாதாரண பொம்மைகள் திருமதி மதுரநாதனின் கற்பனையும், கலைத்திறனும் 'மேக்-அப்'பும் சேர்ந்து கொண்டு சிவனாகவும், பார்வதி தேவியாகவும், அசுரர்களாகவும், விஷ்ணுவாகவும் மாறி தத்ரூபமாகச் சிறிய மேஜைகளில் நின்று கொண்டிருந்தன. இது தான் அவர்கள் வீட்டுக் கொலு. மேஜைகளின் கீழே பேப்பரில் முத்து முத்தான கையெழுத்துக்களில் சுலோகமும், ஆங்கிலத்தில் விளக்கமும் அழகாக எழுதப்பட்டிருந்தன.



இதைப் பற்றி உஷா மதுரநாதன் கூறும் பொழுது, 'இந்தப் பொம்மைகள் எல்லாம் நான் சொன்னபடி கேட்டுக் கொண்டு ஆடுகின்றன?! இந்த வருடம் கிருஷ்ணாவாக மேக்-அப் போட்டுக் கொண்ட பொம்மை போன வருடம் கலிவர் ஆக இருந்தது. கடோத்கஜன், ''ஒன் டு பக்கிள் மை ஷூ'' என்று நர்ஸரி ரைம்ஸ் பாடிய சிறுவனாக 'ஷூ'வி லுள்ள 'பக்கிள்' போட்டுக் கொண்டிருந்தான். இந்த வருட ஆண்டாள், போன வருடம் 'ஹம்ப்டி டம்ப்டி' ஆக இருந்தாள். அடுத்த வருடம் அதே பொம்மை, என்னவாக மாறும் என்று தெரியாது'' என்று சிரித்துக் கொண்டே கூறினார். - சாருஸ்ரீ



சொன்னபடி கேட்கும் பொம்மைகள்



கொலு பாரு!

போகிற பூணூல், அறுபதாம் கல்யாணமா அப்படியே மினியேச்சராக வைத்து அசத்தி விடலாம். பெண் பொம்மையின் போனிடெயிலை கட் செய்து முன்பக்கம் பெவிகால் போட்டு ஒட்டினால் பொம்மை ஆணாக மாறிவிடும்! பேண்ட், ஷர்ட் தைக்கத் தெரியாவிட்டால் வேட்டி சுற்றி, துண்டைப் போர்த்தி ஒரு விபூதிப் பட்டை போட்டு விடலாம்.

மற்றுமோர் ஐடியா! கொலு வைக்கும் அறையில் சிலாப் இருந்தால் அந்தப் பொருள்களை அகற்றிக் கஷ்டப்பட வேண்டாம். அதன் மேல் ஒரு பச்சை நிறப் புடவையைப் போர்த்தி மலை போல் மாற்றி, ஆங்காங்கே வீடு, வாசல் என வைத்து விடலாம்.

- என். வனஜா.



எங்கள் வீட்டில் ஒவ்வொரு வருடமும் புதுமையான அலங்காரத்தில் கொலுப் படிகள் ஜொலிக்கும். தேசியக் கொடி அமைப்பு கொலு காட்சி, வாசக சகோதரிகளின் பார்வைக்காக....

- என். ராதாமணி.

இது எங்க வீட்டு கொலு



சென்ற முறை எங்கள் வீட்டுக் கொலுவில் திருவாரூர் தேர் மற்றும் கமலாம்பிகை காட்சி அனைவரையும் கவர்ந்திருந்தது.

- தேவகி சந்தானம்.

நவராத்திரி கொலுவை என் பெரியம்மா திருமதி மாலதி கிருஷ்ணமூர்த்தி அவர்கள் வடஅமெரிக்காவில் கான்ஸஸ் என்னும் இடத்தில் அவருடைய மகள் வீட்டில் வைத்து, மகள் டாக்டர் லதா வெங்கடேஷ் உதவியுடன் மிகவும் சிறப்பாகக் கொண்டாடுகிறார்கள்.

இவருடைய குடும்பத்தில் பரம்பரை பரம்பரையாக பாட்டி கொலு வைத்த காலத்தில் இடம்பெற்ற "நிலுகௌரி பொம்மைகள் இன்று வரை இவருடைய வீட்டில் கொலுவில் புத்தம் புதிதாக இடம்பெற்றிருப்பதுதான் விசேஷமான விஷயம்.

இந்த மூன்று தலைமுறை கண்ட பொம்மைகள் கொஞ்சம் வித்தியாசமானவை. உடல், கை, கால், தலை எல்லாமே தனித்தனியாக கழற்றிக் கொள்ளலாம். பின் அவைகளை நமக்குத் தேவைப்படும் போஸ்களில் தயார் செய்யலாம். ஸ்ரீராமர் கல்யாணம், மன்மத தகனம், பகவத் கீதை, ஸ்ரீராமர் பட்டாபிஷேகம், ஸ்ரீகிருஷ்ணர் உறியடித்தல், சேஷசயனம் என்று விதவிதமாக, அதற்கேற்றாற்போல் நாடக அரங்குகள் போல், அலங்காரம் செய்வது என் பெரியம்மாவின் தனிச்சிறப்பு.

பொம்மைகளுக்கு வேண்டிய வண்ண வண்ண உடைகள், தலை அலங்காரங்கள், கிரீடம், சிம்மாசனம், தேர், குடை என்று எல்லாவற்றையும் தன் கைகளினால் தயார் செய்து அழகுபடுத்தி, நம் கண் முன்னால் அந்தக் காட்சிகளை அப்படியே தத்ரூபமாக கொண்டு வந்து நிறுத்துகிறார் என் பெரியம்மா.

- சுஜாதா வெங்கடகிருஷ்ணன்.

• மாலதி கிருஷ்ணமூர்த்தி



மூன்று தலைமுறை கண்ட நிலுகௌரி!



இனி பாத்திரம் வாங்க
கடை கடையாய் ஏறவேண்டாம்!
Murugan
1985 யிலிருந்து கரண்டி தயாரிப்பில் முதன்மையானவர்கள்
இப்பொழுது பிரஸர் குக்கருடன் கரண்டி,
பாத்திரங்கள் சேர்த்து வழங்குகிறோம்
Murugan
Cutlery to Pressure Cookers
Entire cooking range!
Manufactured by : Aarumugaa Industries, 23,Venkateswara Colony 4th Street,
Arul Nagar Main Road, Kodungaiyur, Chennai - 600 051. Ph: 25555892
Available at all Leading Retail Outlets

மலை நவராத்திரி

எங்கள் 'சௌத் இந்தியா கிளப்'பில், வருடம்தோறும் நவராத்திரியை மிகச் சிறப்பாகக் கொண்டாடுவது வழக்கம். ஒருமுறை எங்கள் 75-ஆம் ஆண்டு நவராத்திரி விழாவை புதுமையான முறையில், மலை நவராத்திரி செய்து கொண்டாடினோம்.

முதலில் மரச் சட்டங்களை வடித்து மலை வடிவத்தை அமைத்துக் கொண்டோம். அதில் எந்தெந்த இடத்தில் எந்தெந்த பொம்மைகளை வைப்பது என முடிவு செய்து, அந்த அளவுக்கு மரப்பலகைகளை (பொம்மைகள் விழாமல் இருக்க) அடித்து மர வேலைகளை முடித்தோம். பிறகு சணல் ஷீட்டுகளை வாங்கி கட்டைகள் மேல் மலை போல் போர்த்தி, பின்னர் கறுப்பு, சாம்பல் நிற வர்ணம் அடித்து காயவைத்து, ஆணிகள் அடித்து, நல்ல மலை போல் உருவாக்கினோம். உண்மையில் அந்த மலை வடிவத்தைப் பார்த்தவுடன் 'சஞ்சீவினி மலையை' நாங்களே பெயர்த்து வந்தது போல் ஒரு மகிழ்ச்சி. பின்னர் மலை மேல் அரிசி தவிடில் பச்சை கலர் கலந்து காய வைத்து (உபயம் - மங்கையர் மலர்) அங்கங்கே தூவினோம். பொம்மைகள் பளிச்சென்று தெரிய கோலப் பொடியில் கோடுகள் வரைந்தோம். காப்பிப் பொடி, டீ பொடி, முளை வைத்த பயறுகள் தேவையான இடங்களில் தூவினோம். தெர்மாகோல் ஷீட்டில் பழங்கள் வெட்டி ஒட்டினோம். பழைய ஆடியோ கேஸட் நாடாக்களை நீளமாக சேர்த்தாற்போல் தொங்க விட்டது, அருவியில் இருந்து நீர் கொட்டுவது போல் அழகாக இருந்தது. பழைய சிடிக்களை பாதி செருகி வைத்தது சூரியன் உதிப்பது போல் ஒரு பிரமை. தேவையான அளவு அலங்காரங்கள் முடிந்தவுடன் பொம்மைகளை அடுக்கினோம்.

மலைக்கு கீழே நதி அமைக்க தெர்மாகோலில் நீலநிற வர்ணத்தை அலை அலையாக அடித்து இடையிடையே, தாமரைப் பூக்களை (பிளாஸ்டிக்) வைத்து நதியை உருவாக்கினோம்.

அந்த வருடம் கல்கத்தாவில் எங்கு திரும்பினாலும், எவர் நாவிலும் எங்கள் 'மலை நவராத்திரியை' பற்றிய பேச்சுதான்!

- பத்மா கலைமணி.





தாய்மை - இரு பக்கம்!

சமீபத்தில் 'தாய்மை' சார்பாக ஒரு செமினார் நடந்தது. இதில் டாக்டர்கள்... சமூக சேவகியர்... அனாதை விடுதி நடத்துவோர்... ஆசிரியைகள் உட்பட பலர் கலந்து கொண்டனர்.

இதில் இன்போசிஸ் நிறுவனத்தின் தலைவர் திரு நாராயணமூர்த்தியின் மனைவியும், பிரபல சமூக சேவகியுமான சுதாமூர்த்தியும் கலந்து கொண்டார்.

செமினாரில் பேசிய சுதாமூர்த்தி கூறிய சுவையான சம்பவம் இது :

டாக்டர் ஆர்த்தியின் வீட்டில் சமையற்காரியாக மஞ்சுளா என்ற பெண் பணிபுரிந்து வந்தார். இவர் ஆறாவது முறையாகக் கர்ப்பமாகியிருந்தார். கணவன் ஒரு வெத்து வேட்டு! ஏற்கெனவே பிறந்த ஐந்து குழந்தைகளையும் மஞ்சுளாதான் கவனித்துக் கொண்டிருந்தாள். இதனால் "ஆறாவது குழந்தை வேண்டாம். அதனை அபார்ஷன் செய்ய விரும்புகிறேன்" என டாக்டர் ஆர்த்தியிடம் கூறினாள்.

அப்போது டாக்டர் ஆர்த்திக்கு ஒரு யோசனை தோன்றியது. டாக்டரின் சகோதரிக்கு குழந்தையில்லை. அத்துடன் ஒரு குழந்தையை தத்து எடுத்து வளர்க்கவும் விருப்பம் தெரிவித்திருந்தாள். ஆக, மஞ்சுளாவோ, தன் குழந்தையை வேண்டாம் என்கிறாள். இந்தக் குழந்தையை மஞ்சுளாவிடம் சொல்லி வளர்க்க வைத்து, சகோதரிக்குத் தத்து தந்து விடலாமே!

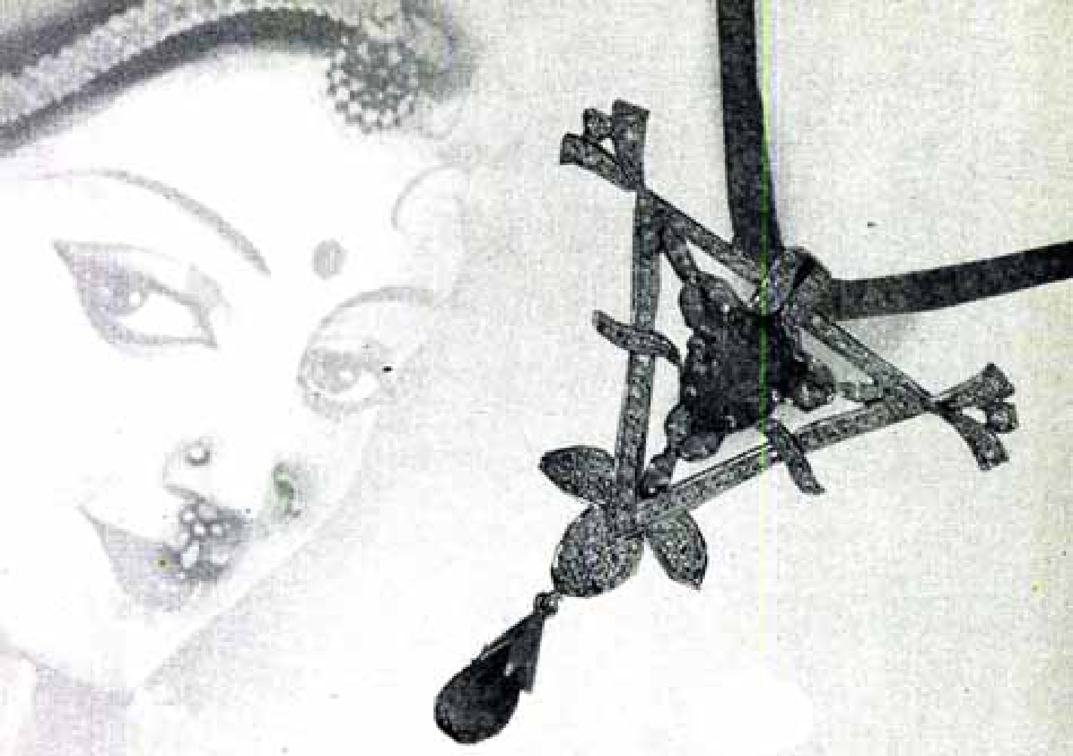
உடனே தன் எண்ணத்தை மஞ்சுளாவிடம் தெரிவித்தாள், "நீ இந்தக் குழந்தையை அபார்ஷன் செய்யாமல்... பெற்று எங்களிடம் தந்து விடு. உன்னைப் பொறுத்தவரை 6வது குழந்தை வேண்டாம். அதனால் பிறக்கவேயில்லை என நினைத்துக் கொண்டு விடு. இதற்குச் சம்மதித்தால் இனி உன் குழந்தையை போஷாக்காக வளர்ப்பது என வேலை..." என்று கூற மஞ்சுளாவும் சம்மதித்து விட்டாள். அன்று முதல் வயிற்றில் வளரும் குழந்தை ஸ்பெஷல் கவனிப்புக்கு உள்ளானது. அதிக பால்... பழங்கள்... உணவுகள்

• சுதாமூர்த்தி



மங்கையர் சக்தி
மகத்தான சக்தி

மங்கையர் மலர் வெள்ளிவிழா



அளிக்கப்பட்டன! குழந்தையும் ஆரோக்கியமாய் வளர்ந்து வந்தது. மஞ்சுளாவுக்கு ஒரு நல்ல நாளில் பெண் குழந்தை பிறந்தது. டாக்டர் ஆர்த்தியின் சகோதரி அதனைப் பெற்றுச் செல்ல ஆவலாய் வந்திருந்தாள்.

"குழந்தையை என் சகோதரியிடம் கொடுத்து விடு..." என டாக்டர் கூறிய போது, மஞ்சுளா மறுத்து அழுதாள்.

"நாங்க ஏழைதான். ஆனா... எனக்குக் கிடைக்கும் சாப்பாட்டில் இந்தக் குழந்தைக்கும் நிச்சயம் ஒரு பங்கு உண்டு. குழந்தை என்னோட ஒட்டிண்டு அன்னியோன்யமாய் இருக்கு. அதனால் என்னை மன்னிச்சிடுங்க... சொன்னபடி என்னால் குழந்தையைத் தர முடியலை..."

டாக்டர் ஆர்த்திக்கும், அவளுடைய சகோதரிக்கும் மஞ்சுளாவின் முடிவு அதிர்ச்சியைத் தந்தாலும், தாய்மையின் வலு அவர்களுக்குப் புரிந்தது.

- சுதாமூர்த்தியின் இந்தச் சம்பவப் பேச்சுக்கு நல்ல வரவேற்பு. அரங்கமே அதிர்ந்தது.

நிகழ்ச்சியை முடித்துக் கொண்டு, வெளியே வந்த சுதாமூர்த்தி... அங்கு மீரா என்ற விழி இழந்தோர் பள்ளி ஆசிரியை நிற்பதைக் கண்டார்.

"என்ன மீரா... சௌக்கியமா?" என்றார் அருகில் சென்று.

"சௌக்கியம். என்னுடைய பள்ளி நிர்வாகி வரும் கார் டிராபிக் சிக்னலில் சிக்கியுள்ளது, நீங்கள் என்னை வழியில் எங்கள் பள்ளியில் இறக்கி விட்டு விட்டுப் போக முடியுமா...?" என்றார் மீரா.

சுதாமூர்த்தியின் கார் செல்லும் வழியில்தான் அந்தப் பள்ளி இருந்ததால் அதற்கு உடனே சம்மதித்தார் சுதா.

மீரா டல்லாக இருந்தாள்.

"மீரா என்னுடைய பேச்சைக் கேட்டாயா... அது பற்றி உன் கருத்து என்ன?"

''உங்க பேச்சு என்னைக் கவரவில்லை.''

"ஏன் அப்படிச் சொல்கிறாய்? நான் சொன்னது உண்மைச் சம்பவம். கற்பனையை விட சில சமயம் உண்மை வலுவானது.''

''சில சமயங்களில் உண்மை கற்பனையை விட வலுவாகத்தான் இருக்கும். ஆனால் எப்பவும் இல்லை. நானும் ஒரு நிகழ்ச்சியைச் சொல்றேன். எனக்குத் தெரிந்த ஒரு பெண்ணுக்கு 5 வயதிலேயே பாதி கண் தெரியலை. பெற்றோரிடம் அதுபற்றி கூறின போது, "நல்லா சாப்பிடு சரியாயிடும். எதுக்கும் டாக்டரிடமும் போகலாம்" என்றனர்.

சொன்னபடியே ஒருநாள் டாக்டரிடமும் அழைத்துச் சென்றனர். அவரோ, "ஆபரேஷன் செய்யணும். ஆனா அதுக்கு பெரும் தொகை ஆகும். இல்லேன்னா கண்கள் ஒருநாள் பொட்டையாயிடும்னு" சொல்லி அனுப்பி விட்டார்.

ஒருநாள் காலை அந்தப் பெண்ணை பெற்றோர் பஸ் ஸ்டாண்டுக்கு அழைத்து வந்தனர். ஒரு பிஸ்கெட் பாக்கெட்டை வாங்கிக் கொடுத்து, "சாப்பிடு. இங்கே இரு... ஒரு இடத்துக்குப் போயிட்டு வந்துடறோம்"னு சொல்லி கிளம்பினாங்க.

அந்தப் பெண்ணும் பசிச்சபோதெல்



JWT.7021.2005

லாம் பிஸ்கெட்டை எடுத்துச் சாப்பிட்டாள். பகல் கழிந்து, மாலையும் வந்தது. ஆனால் பெற்றோர்தான் திரும்பவில்லை.

சிவப்பு புடைவை கட்டின அம்மாவைத் தேடி பஸ் ஸ்டாண்டு முழுவதும் சுற்றிச் சுற்றி வந்தாள் குழந்தை. பிறகு அங்கேயே ஒரு இடத்தில் உட்கார்ந்து அசந்து தூங்கி விட்டாள். மறுநாளும் அதே கதைதான்.

ஒருவர் அந்தப் பெண் குழந்தை மீது இரக்கப்பட்டு ஒரு விழியிழந்தோர் பள்ளிக்குக் கூட்டிப் போய் அங்கேயே சேர்த்து விட்டுச் சென்று விட்டார். பிறகு வாரம்.. மாதம்... வருடம்னு அவ தன் அம்மாவைத் தேடிக் கொண்டேயிருந்தாள். ஆனா... அம்மாவைப் பார்க்கவே முடியலே! இப்படியும் ஒரு தாய்...? இப்ப என்ன சொல்றீங்க...?''

கேள்வியால் அசந்து போன சுதாமூர்த்தி சமாளித்தார். ''அந்தப் பெண் குழந்தைப் பற்றிய எல்லா விவரமும் கூறுகிறாயே.. உனக்கு எப்படித் தெரியும்..?''

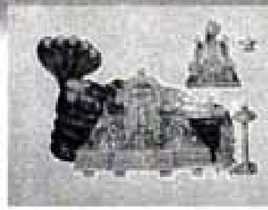
''நான்தான் அந்தப் பெண் குழந்தை. இன்னமும் சிவப்பு புடைவை கட்டின அம்மாவைத் தேடிக் கொண்டுதான் இருக்கிறேன். ஆனா அம்மாதான் கிடைக்கவேயில்லை...'' என கண்ணீருடன் கூற, அதிர்ச்சியில் உறைந்து போனார் சுதாமூர்த்தி.



அன்று முதல் சிவப்புப் புடைவை கட்டிய வயதான பெண்மணியைக் கண்டால், 'இது மீராவின் தாயாக இருக்குமோ...?' என அவரும் தன்பங்குக்கு நினைக்க ஆரம்பித்து விட்டாராம்...

ஆதாரம் : **'தி ஹிந்து'**

மொழிபெயர்ப்பு : **ராஜிராதா**



WE THANK

ALL PATRONS EXTENDING THEIR PATRONAGE

IN SUCCESSFUL COMPLETION OF

C & B BLOCKS OF

"BHASKARAA APARTMENTS"

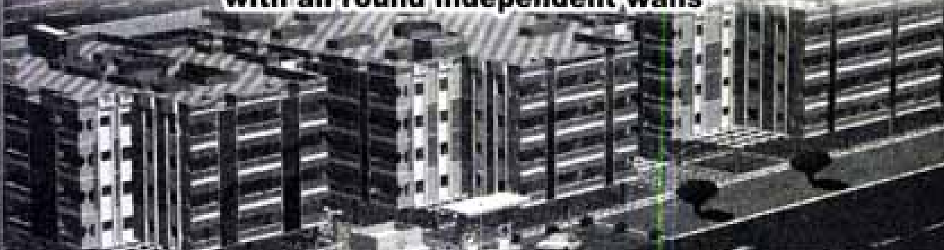
1, Tolgate (On the Bank of River Kollidam), Trichy - 621216

Ph : 0431-2060991 / 5538377 / 2481365, Cell : 94433 81365, Fax : 0431-2481365

SJN

CONSTRUCTION (P.) LTD

Now offers a prestigious "Block - A". Specially designed with an unique concept of an "Individual House - within Apartment" with all round independent walls



Features

- Clear Title, Potable water, & Clear Drainage System
- Reticulated Pipeline Gas System
- All Flats with 3 phase connection
- Granite working Table & Sink
- Two Lifts & Staircase Facility
- Ample Covered Car Parking

Amenities

- All Master Bed Room with Branded one ton A/c
- All Kitchen fitted with Electrical Exhaust Chimney
- Joint free Ceramic Flooring
- Genator Backup for Entire Power System

LOAN ARRANGED FROM ALL LEADING BANKS & FINANCIAL INSTITUTIONS

A PLACE YOU WILL BE PROUD TO CALL YOUR OWN

என்றும் உங்களுடன்

மங்கையர் மலர்

& OKJ

SINCE 1933

ORIGINAL KERALA JEWELLERS

74, USMAN ROAD

இணைந்து வழங்கும்

மணி மங்கை



* ஆகஸ்ட் இதழில் பரிசு பெற்ற வாசகி லட்சுமி சுதாகரன், திருச்சி - 21.



கார்கில் சூழ்நிலையை கண்முன் நிறுத்தினான்!

ஒவ்வொரு வருடமும் நவராத்திரி வந்தால் என் பையன் ஏதாவது புதுப் புது 'பார்க்' செய்து மகிழ்வான். இரு வருடங்களுக்கு முன் (பள்ளியில் ப்ராஜெக்ட் செய்வது போல) தானே தெர்மாகோலில் மலை செய்து பனிமலை போல் உருவாக்கி ராணுவ வீரர் பொம்மைகளை வைத்து லைட் போட்டு வருகிறவர்களுக்கு விளக்கம் சொல்லிக் கொண்டிருந்தான். "நீங்கள் பயப்பட வேண்டாம்! நான் உங்களது உடைமைகளைப் பரிசோதிக்கிறேன்" என்றெல்லாம் கொலு பார்க்க வந்தவர்களையெல்லாம்

ரூ. 25,000/-

மதிப்புள்ள தங்க நகை

பரிசு பெறும் கட்டுரை



214

மங்கையர் சக்தி மகத்தான சக்தி

மங்கையர் மலர் வெள்ளிவிழா

மணி மங்கை

நவம்பர் மாத போட்டித் தலைப்பு: செய்து பார்த்த அனுபவம்

ரூ.25,000/- மதிப்புள்ள தங்கநகைப் பரிசு

1997-ம் ஆண்டு மங்கையர் மலரில் நீங்கள் படித்து, செய்து, பாராட்டுப் பெற்ற இனிப்பு வகை.
'பாராட்டா? 'திட்டு'தான் கிடைத்தது' என்றாலும் பரவாயில்லை. சுவாரசியமான அனுபவத்தை எழுதி அனுப்புங்கள்.

1. பழைய இதழின் பட்சணக் குறிப்புப் பக்கத்தின் ஜெராக்ஸ் பிரதியை அனுப்ப வேண்டும்.
2. ஆசிரியர் தீர்ப்பே இறுதியானது.
3. பரிசு வருமானவரி விதிமுறைகளுக்கு உட்பட்டது.
4. கூப்பனை இணைத்து அனுப்ப வேண்டும்.
5. கடைசி தேதி **10.10.2005**

ஆசிரியர், மங்கையர் மலர்,
47, ஜவாஹர்லால் நேரு சாலை,
ஈக்காடுதாங்கல்,
சென்னை - 600 032.

பெயர்: ....
வயது: ....
முகவரி: ....
....
....
....
தொலைபேசி எண்: ....
ஈமெயில்:
....

தமாஷாக மிரட்டி பைகளை சோதனை செய்து கொண்டிருந்தான். வருகிறவர்களும் 'அந்த வீட்டில் இந்தச் சுண்டல்', 'இது தேங்காய்ப் பை' என்று சொல்வார்களே தவிர, என்ன? ஏது? என்று கேட்கக் கூட மாட்டார்கள். நான் என்ன இவன் இப்படிச் செய்கிறான் என்று யோசிக்கும் போது அவன் சொன்னான்: "வருகிறவர்கள் கையில் 'பாம்' எடுத்துக் கொண்டு வந்தால் நான் செய்த அத்தனை கார்கில் போர் கூடாரம் எல்லாம் தரைமட்டமாகி விடுமே" என்று கமெண்ட் அடித்தான். நான் மற்றும் வீட்டில் உள்ளவர்கள் அனைவரும் சிரித்து விட்டோம். உடனே நான், "இரு இரு இது எங்கோ நான் படித்தேனே" என்றபோதுதான் என் மகன், "மங்கையர் மலரில் படித்து செய்கிறேன்" என்று சொன்னான். ஆமாம், அக்டோபர் மாதம் 99ஆம் வருடத்தில் நவராத்திரி சிறப்பிதழில் உமா எழுதிய கார்கில் போர் யோசனையைத்தான் இவன் அப்படியே அமுல்படுத்தியுள்ளான். எங்கள் உறவினர்கள், நண்பர்கள், தோழிகள், ஆபீசர்கள் எல்லாம் அவனைப் பார்த்து பாராட்டி பரிசுகள் அளிக்க எனக்குப் பெருமையாக இருந்தது! இதுவே நான் அடைந்த பாராட்டுப் பரிசு பெற்ற நவராத்திரிக் குறிப்பு என்று கூறுவேன்.

- கே. வத்சலா,
மஹாராஷ்டிரா.


ப ட்டாசு தீபாவளியில் பளபளக்க வாருங்கள்
பட்டோடு ஃபேன்சி பரவசப்படுத்தும் பாருங்கள்
ராஜ்மஹாலின்
தீபாவளி
கலெக்சன்ஸ்
விழாக்கால
பட்டுப்புடவைகள்,
மில்,
பேன்சி சேலைகள்,
காட்டன்
கலெக்ஷன்ஸ்,
சுடிதார்
மெட்டீரியல்கள்,
ஆடவர் சூட்டிங்ஸ்,
சர்ட்டிங்ஸ்.
ராஜ்மஹால்
வெங்கலக்கடைத் தெரு, மதுரை-1.
போன்-2622647
AMC/MDU/05
தொட்டுத் தொடரும் ஒரு பட்டுப் பாரம்பரியம்.

கருவுற்றிருக்கும் பெண்கள் தங்களது நிறைமாத காலத்தில் எந்நேரமும் எதற்கும் தயாராக இருப்பது நல்லது. மனதில் நிறைந்த தைரியத்துடன் நல்லதே நடக்கும் என்ற 'பாஸிட்டிவ்' எண்ணத்துடன் இருப்பது மிகவும் முக்கியம்.

டாக்டர் அறிவுரைத்த நாளுக்கு ஒரு மாதம் முன்பாகவே ஆஸ்பத்திரிக்கு எடுத்துச் செல்லும் பொருட்களை ஒரு பையில் போட்டு ரெடியாக வைத்துக் கொண்டால் கடைசி நேரம் டென்ஷன் இருக்காது. இதோ கர்ப்பிணிப் பெண்களுக்கான லேபர் லிஸ்ட்...



1. சின்னதும் பெரியதுமாக இரண்டு (டர்க்கி) டவல்கள்
2. முன்னால் பட்டன்/ஜிப் வைத்திருக்கும் நைட்டிகள் - 2

கர்ப்பிணிகளுக்கு லேபர் லிஸ்ட்!

(புதியதை தவிர்த்து அலசியதை உடுத்தவும்)

3. குழந்தைக்குப் பால் கொடுக்கப் பயன்படும் நர்ஸிங் ப்ராக்கள் - 4,
4. துவைத்து வெயிலில் காயவைத்த காட்டன் வெள்ளை வேட்டிகள் - 2,
5. டெட்டால், 6. டார்ச் லைட், 7. மெழுகுவர்த்தி மற்றும் தீப்பெட்டி,
8. பிளாஸ்க் - சுடுநீருக்கும், பாலுக்குமாக இரண்டு, 9. சானிட்டரி நாப்கின்கள்,
10. பல் தேய்க்கும் பிரஷ் மற்றும் பேஸ்ட்,
11. முகம் அலம்ப சோப் (ஃபேஸ் வாஷ்), 12. சிறிய பூட்டு சாவியுடன்.
13. பழைய நியூஸ் பேப்பர்கள், 14. பேனா மற்றும் பேப்பர்
15. முக்கியமானவர்களின் டெலிபோன் நம்பர்கள் எழுதிய சீட்டு
16. புத்தகங்கள் மற்றும் சிடி வாக்மேன்
17. குழந்தைக்கு சுத்தமான துண்டு
18. நனைத்து அலசிய குழந்தை உடைகள்
19. குழந்தைக்கும், அம்மாக்கும் ஸ்வெட்டர்கள்
20. குழந்தையை வெளியில் எடுத்துச் செல்ல டவல்.

- மாதங்கி, சிங்கப்பூர்.



Unique 3 layer coating enables scratch resistance



இல்லை! இதோ வந்து விட்டது Premier Astral நான் ஸ்டிக் குக்வேர், மரக்கரண்டிகள் தான் உபயோகிக்க வேண்டும் என்ற நிர்ப்பந்தம் இல்லை. 3 முறை கோட்டிங் செய்திருப்பதால் திடமான மேற்பூச்சு கொண்டது. ஸ்டீல் கரண்டிகளை தாராளமாக உபயோகிக்கலாம். கீறல் விழாது. நீடித்துஉழைக்கும். அழகிய வடிவமைப்பு.

Premier

Astral Non-Stick Scratch Resistant Cookware

Adyar: Sri Murugan Stores Ph: 24917032, **Ambattur:** Mary Stores Ph: 26572129, **Aminjikarai:** Amara Stores Ph: 26216181, **Anna Nagar:** Santhosh Super Stores Ph: 26225017, **Ayanavaram:** Bharatham Stores Ph: 55682999, **Alwarpet:** Abirami Home Appliances Ph: 24995710, **Kellys:** Ketana Home Collection Ph: 26446095, **Mylapore:** A. Thangavel Nadar Stores Ph: 24941562, K. Ramanathan & Co Ph: 24980821, **Nanganallur: Balasubramanian Metals** Ph: 22343344, **Padi:** Santhosh Metal Corporation Ph: 26259103, **Pallavaram: Chellamani & Co Ph: 22641546, Parrys:** M.A. Ethirajulu Naidu Ph: 25355106, **Poonamallee:** Selvam Stores Ph: 26273076, **Porur : Chandra Stores Ph: 24828710, Purasaiwalkam :** Rathna Stores Firm Ph: 26614565, **Royapuram:** Rehopoth Kitchen Collection Ph: 25960403, **Selaiyur:** M.S.I. Raja Stores Ph: 22290406, **Tambaram:** Roja Stores Ph: 22266924, **T.Nagar:** Rathna Stores Firm **(Pondy Bazaar)** Ph: 24329900, Rathna Stores Firm **(Usman Road) Ph: 24324444,** Rathna Stores **(Ranganathan St)** Ph: 24342299, **Jeyachandran Textiles Ph: 24339971,** Ketana Home Collection Ph: 28154214, **Velacherry:** Sri Venkateswara Super Market Ph: 52022226, **Washermanpet:** S. Selladurai Nadar Corporation **Ph: 25967780,** Tuticorin Stores Ph: 25954477.

ஹர ஹர கங்கே! ஜெய ஜெய கங்கே!!



அன்னம் கொடுக்கும் ஸ்ரீ அன்னபூரணி க்ஷேத்ரமான
காசியில் தீபாவளி அமாவாசை அன்று
(1-11-2005) கங்கையில் தீபம் ஏற்றி அன்னதானம் செய்ய அழைக்கிறோம்!



"ஸ்ரீ அன்னபூரணி அன்னதான சேவா டிரஸ்ட்" 7 ஆண்டுகளுக்கு மேலாக தொடர்ந்து நடத்தும் அன்னதான சேவை!

பேரன்புடையீர்! வணக்கம். அருள்மிகு "ஸ்ரீ அன்னபூரணி அன்னை" தீபாவளி திருநாளில் தங்களுக்கு அனைத்து நலன்களையும் தந்தருளப் பிரார்த்திக்கிறோம். கங்கைக்கு நிகரான நீருமில்லை. காசிக்கு நிகரான ஊருமில்லை என்பது இந்துக்களின் திருமந்திரம். பிரபஞ்சம் முழுமைக்கும் உணவு படைக்கும் தாயாக விளங்கும் ஸ்ரீ அன்னபூரணி மாதா கொலு வீற்றிருக்கும் புண்ணிய ஸ்தலமான காசியில் தீபாவளி அமாவாசை அன்று கங்கா மாதாவுக்கு மலர் மாலை அணிவித்து கங்கையில் தீபம் ஏற்றி அன்னதானம் செய்யப்படுகிறது என்பதை தெரிவித்துக் கொள்கிறோம். அன்பர்கள் அனைவராலும் காசியில் கங்கைக்கு தீபம் ஏற்றி அன்னதானம் அளிக்க முடியும் என்ற இறை சிந்தனையோடு ஆன்மீகம் தெய்வீக மாத இதழ் சார்பாக நடத்தப்படும் ஸ்ரீ அன்னபூரணி அன்னதான சேவா டிரஸ்ட் மூலம் காசியில் தீபாவளி அமாவாசை அன்று ஏழைகளுக்கும், அடியார்களுக்கும் அன்னம் அளிப்பதில் நாமும் ஓரளவேனும் பங்குகொண்டோம் என்ற ஆத்ம திருப்தியை அடைய இது ஒரு சிறந்த வாய்ப்பாகும். தீபாவளி அமாவாசை அன்று அன்னாபிஷேகம், லட்டுத்தேர், அன்னகூடு போன்றவை காசியில் மிக விசேஷமாக நடத்தப்படுகிறது. ஸ்ரீ அன்னபூரணி அருளால் வாழ்நாள் முழுவதும் உணவு தட்டுப்பாடு இன்றி ஆரோக்கியமாக வாழ அனைவரையும் தீபாவளி திருநாளில் ஸ்ரீ அன்னபூரணி அன்னதான சேவா டிரஸ்ட் மூலம் அன்னதானம் செய்ய அழைக்கிறோம்.

தாங்கள் அளிக்கும் நன்கொடை எவ்வளவு சிறியதாக இருந்தாலும் அன்புடன் ஏற்றுக்கொள்ளப்படும்.

- ரூ. 500 - அனுப்பும் அன்பர்களுக்கு, ஆன்மீகம் மாத இதழ் மூன்று மாதத்திற்கு அனுப்பி வைக்கப்படும்.
- ரூ. 1000 - அனுப்பும் அன்பர்களுக்கு, தாங்கள் விரும்பும் ஏதாவது ஒரு தெய்வீக மாத இதழ் ஆறு மாதத்திற்கு அனுப்பி வைக்கப்படும்.
- ரூ. 2000 - அனுப்பும் அன்பர்களுக்கு, தாங்கள் விரும்பும் ஏதாவது ஒரு தெய்வீக மாத இதழ் ஒரு வருடத்திற்கு அனுப்பி வைக்கப்படும்.
- ரூ. 5000 - அனுப்பும் அன்பர்களுக்கு, தாங்கள் விரும்பும் ஏதாவது ஒரு தெய்வீக மாத இதழ் ஐந்து வருடத்திற்கு அனுப்பி வைக்கப்படும்.

குடும்பத்தில் நாம் தந்தையர்கள், முதாதையர்களுக்கு பிண்டப்பிரதானம் மற்றும் தர்ப்பணம் காசியிலும், கயாவிலும், பிரயாகையிலும் (இம்மூன்று பித்ரு க்ஷேத்ராங்களிலும்) நேரில் சென்று செய்ய முடியாதவர்களுக்காக, சாஸ்திரிகளைக் கொண்டு தீபாவளி அமாவாசை அன்று "ஸ்ரீ அன்னபூரணி அன்னதான சேவா டிரஸ்ட்" மூலம் செய்யப்படுகிறது

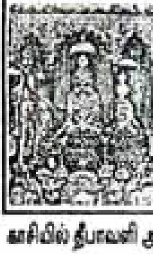
பித்ருக்களுக்கு பிண்டப்பிரதானம் செய்ய காசி, கயா, பிரயாகை ஆகிய மூன்று பித்ரு க்ஷேத்ரங்களுக்கும் தனித்தனியாக ரூபாய் 1000 அனுப்பும்போது யாருக்கு சிரார்த்தம் செய்ய விரும்புகிறீர்களோ அவரின் பெயர், திதி மற்றும் கோத்ரம் போன்ற விபரங்களையும் அவசியம் தெரிவிக்குமாறு கேட்டுக்கொள்கிறோம். பிண்ட பிரதானத்திற்காக ரூ. 5000 - அனுப்பும் அன்பர்கள் சார்பாக தொடர்ந்து வருடத்திற்கு ஒருமுறை ஐந்து ஆண்டுகளுக்கு தீபாவளி அமாவாசை அன்று மூன்று பித்ரு க்ஷேத்ராங்களிலும் எந்த இடத்தில் யாருக்கு சிரார்த்தம் செய்ய விரும்புகிறீர்களோ அவர்களுக்கு சிரார்த்தம் செய்யப்படும். பித்ரு காரியங்களுக்கு பணம் அனுப்பும் அன்பர்களுக்கு காசி, கயா, பிரயாகை ஆகிய மூன்று இடங்களிலும் உள்ள தெய்வீக ஆலமரமான 'அக்ஷய வடத்தின்' படமும், கயாவில் உள்ள விஷ்ணு பாதத்தின் படமும் பத்திரமும் அனுப்பி வைக்கப்படும். நம் வீட்டில் செய்யும் சிரார்த்தத்திற்கு தாய், தந்தையார், உறவினர்கள் மட்டுமே பங்குகொள்ள வாய்ப்புண்டு. மூன்று பித்ரு க்ஷேத்ரங்களில் ஏதாவது ஒரு அக்ஷய வடத்தில் (ஆலமரம்) பிண்டப்பிரதானம் செய்தால் ஏழு தலைமுறைக்கு பித்ருக்கள் கூடவே முக்தி அடைவதுடன் பித்ரு தோஷங்களும் நிவர்த்தியாகும்.

அன்னதானத்திற்கு நன்கொடையை அனுப்புவோர் தங்களுடைய வேண்டுதலையும், பிரார்த்தனையையும் தெரிவித்தால் அதற்கேற்ப தீபாவளி அமாவாசை அன்று காசியில் அன்னதானம் செய்கிறோம். அன்னதானத்திற்கு நன்கொடையாக ரூ.1000, ரூ.2000, ரூ.5000 அனுப்பும் அன்பர்களுக்கு காசி ஸ்ரீ அன்னபூரணி திருக்கோவிலில் பூஜிக்கப்பட்ட ஸ்ரீ அன்னபூரணி அன்னையின் விக்கிரகமும், ஸ்ரீ அன்னபூரணி யந்திரமும், கங்கா தீர்த்தத்துடன் கூடிய காசி செம்பும், ஸ்ரீ அன்னபூரணி அன்னையின் வண்ணப்படமும், சிறிய அளவில் சிவபுராண புத்தகமும் அனுப்பி வைக்கப்படும்.

அன்னதானத்திற்கு ரூ.5000- அனுப்பும் அன்பர்களுக்கு காசியில் பூஜிக்கப்பட்ட லஷ்மி காசும், ஐந்து வருடங்களுக்கு தாங்கள் விரும்பும் ஏதாவது ஒரு தெய்வீக மாத இதழும் 1024 பக்கங்களுடன் கூடிய பெரிய அளவில் உள்ள ஸ்ரீமத் பகவத்கீதை புத்தகத்தையும் (தமிழில்) அனுப்பி வைக்கிறோம்.

மூர்த்தி, தலம், தீர்த்தம் என்ற மூன்றாலும் சிறப்பு மிக்கது காசிப்பதி. காசியில் கங்கைக்கு பெருமை அதிகம். காசியில் மட்டும்தான் கங்கை வடக்கு நோக்கி செல்கிறது. வடக்கு நோக்கி பாயும் கங்கையில் விளக்கேற்றுவதால் அஷ்டலக்ஷ்மியும் [illegible] நம் வீட்டில் குடிகொள்ளும். பதினாறு வகை இறைவழிபாட்டில் மிகச் சிறப்பாக சொல்லப்படுவது தீப வழிபாடாகும். அன்னதானத்திற்கு ரூ.500/-, ரூ.1,000/-, ரூ.2,000/-, ரூ.5,000/- அனுப்பும் அன்பர்கள் சார்பாக தீபாவளி அமாவாசை அன்று கங்கையில் தீபம் ஏற்றப்படும்.

தீபாவளி அமாவாசை அன்று காசியில் நடைபெறும் அன்னதான சேவையிலும், கங்கைக்கு தீபம் ஏற்றும் பணியிலும் ஈடுபட விரும்பும் அன்பர்கள் தங்கள் நன்கொடையை Cheque / D.D/M.O. மூலம் Sri Annapoorani Annadhana Seva Trust, Chennai என்ற பெயருக்கு எடுத்து கீழ்கண்ட முகவரிக்கு அனுப்பி கங்கா மாதாவின் புண்ணியமும், ஸ்ரீ அன்னபூரணி அன்னையின் அருளையும் பெறுமாறு அன்புடன் வேண்டுகிறோம்.



நன்கொடைகளுக்கு 80G பிரிவின் படி வரி விலக்கு உண்டு.

Cheque/D.D./M.O. அனுப்ப வேண்டிய முகவரி

ஸ்ரீ அன்னபூரணி அன்னதான ஸேவா டிரஸ்ட்



4, Appavoo Gramani IIIrd Street
(Opp. TelePhone Exchange) R.A.Puram, Chennai - 28
TEL : 2495 9302 Fax : 044 - 5206 6525. E-mail:sivasiva @ vsnl.net

காசியில் தீபாவளி அமாவாசை அன்று கங்கா மாதாவிற்கு தீபம் ஏற்றி நிறைந்த ஆயுளையும், குன்றாத ஆரோக்கியத்தையும் பெறுவோம்!

பாப்பாவுக்கு பெயர் சூட்டலாமா?



ஈரோடு வாசகி தன் செல்ல மகனுக்கு கண்ணன், முருகன் பெயர்கள் வருமாறு அழகுப் பெயர் ஒன்றை மங்கையர் மலர் சூட்ட வேண்டும் என்று கடிதம் அனுப்பியிருந்தார். அவர்தம் குழந்தைக்கு அழகுப் பெயர்கள் இதோ :

சரவண கோபால், நந்த வேலன், கோகுல கார்த்திக், செந்தில் கண்ணன், வேல்கிருஷ், குமரகோகுல், மணிகண்ணன், கிருஷ்ணவேல்

நம் தமிழில் இல்லாத பெயர்ச் சிறப்பு வேறெந்த மொழிகளிலும் இல்லை. சில நயமான தமிழ்ப் பெயர்களை வழங்குகிறோம். இதில் உங்களுக்குப் பிடித்தமான பெயரைத் தேர்ந்தெடுத்து உங்கள் குழந்தைகளுக்குச் சூட்டி மகிழுங்கள்.

1. அகல்விழி, 2. அழகரசி,
3. அன்பினி, 4. அருள்செல்வி,
5. அருள்விழி, 6. எழிலி,
7. இசை, 8. இனிய தமிழ்,
9. இலக்கியா, 10. இளநிலா,
11. இளவரசி, 12. இளவேனில்,
13. இனிமை, 14. இனியா,
15. பூவழகி, 16. கணையாழி,
17. கனிமொழி, 18. கார்த்திகா,
19. கவிமலர், 20. குமுதினி,
21. மயில், 22. மயிலி,
23. மதுமிதா, 24. முல்லை,
25. யாழிசை

1. அகிலன், 2. அகில்,
3. அழகரசன், 4. அன்பன்,
5. இளம்பிறை, 6. எழிலன்,
7. இசை, 8. இன்தமிழ்,
9. இலக்கியன், 10. இனியவன்,
11. இளவல், 12. ஏழிசையான்,
13. இனியான், 14. காவியன்,
15. கலையழகன், 16. கவியரசன்,
17. குமுதன், 18. மாலன்,
19. மருதன், 20. மலரான்,
21. மயூரன், 22. தமிழினியன்,
23. சாரன், 24. சூரியன்பாலன்,
25. அச்சுதா.





இந்த மாதம் எப்படி?

ஹரிகேசநல்லூர் வெங்கட்ராமன்

அக்டோபர் 2005

ராகு		செவ்வாய்	
	இம்மாத கிரக மாற்றங்கள்		சனி
			சந்திரன்
		புதன் சுக்ரன் குரு	கேது சூரியன்

இம்மாத கிரக மாற்றங்கள்
3.10.2005 - விருச்சிக - சுக்ரன்
17.10.2005 - துலா - சூரியன்
23.10.2005 - விருச்சிக - புதன்
31.10.2005 - மேஷ - செவ்வாய்

(பார்த்திப வருடம் புரட்டாசி 15 முதல் ஐப்பசி 14 வரை அக்டோபர் முதல் தேதியன்று உள்ள கிரக நிலவரம் (வாக்கிய பஞ்சாங்கப்படி)

மேஷ ராசி :



அஸ்வினி, பரணி, கிருத்திகை 1 - ஆம் பாதம்.

பொது : எண்ணங்கள் அனைத்தும் ஈடேறும் அற்புதமான நேரம். குடும்பம் குஷியாக இருக்கும். உடல் ஆரோக்கியம் சிறந்து விளங்கும். மனதில் நிம்மதி நீங்காது நிலைத்து நிற்கும். தொழில் முன்னேற்றம் திருப்தி அளிக்கும். செலவுகள் சற்று அதிகமாக இருக்கும்.

இல்லத்தரசிகள் : மாத முற்பகுதியில் பண வரவு மிகச் சிறப்பாக இருக்கும். செலவுகளைக் கட்டுப்படுத்தி சேமித்து வைக்கவும்.

பணிபுரியும் பெண்கள் : மாத முற்பகுதி சாதாரணமாக இருக்கும். பிற்பகுதியில் வேலை பளு அதிகரிக்கும். சுயதொழில் புரிவோர் அதிக முதலீடுகள் இல்லாமல் தொழிலை நடத்திச் செல்வது நலம்.

சந்திராஷ்டம நாட்கள் : 7-ஆம் தேதி அதிகாலை 2.05 முதல் (அதாவது 6ம் தேதி பின்னிரவு) 9-ஆம் தேதி காலை 6.51 வரை.

பரிகாரம் : வெள்ளிக் கிழமைகளில் வில்வ மரத்தை 16 முறை வலம்வந்து 'வனஸ்பதிஸ்தவ வ்ருக்ஷோத பில்வஹ' என்று 16 முறை சொல்லி லக்ஷ்மி தேவியை வழிபடவும். லக்ஷ்மி படத்திற்கு முன்பாக அமர்ந்தும் இதை 16 முறை சொல்லி வழிபடலாம்.

ரிஷப ராசி :



கிருத்திகை 2, 3, 4 ஆம் பாதங்கள், ரோகிணி, மிருக சீரிஷம் 1, 2 ஆம் பாதங்கள்.

பொது : திருமணத்தடை விலகும். குடும்பத்தில் சுபநிகழ்ச்சிகள் நடைபெறும். செல்வாக்கு அதிகரிக்கும். பேச்சாற்றலாலும் நாவன்மையாலும் அனைவரையும் வசிகரம் பண்ணி விடுவீர்கள். கடந்த காலத்தில் தொழிலில் ஏற்பட்ட சரிவை 10-ஆம் இடத்து குரு பார்வை சரிசெய்து விடும்.

இல்லத்தரசிகள் : மாத முற்பகுதியில் பிள்ளைகளைப் பற்றிய கவலை சற்று அதிகமாக இருக்கும். பிற்பகுதியில் அவர்களின் வளர்ச்சியைக் கண்டு மகிழ்ச்சி அடைவீர்கள். மாத இறுதியில் விருந்தினர்

கள் வருகையால் வீடு கலகலப்பாக இருக்கும்.

பணிபுரியும் பெண்கள் : பணி நிரந்தரம் ஆகாதவர்களுக்கு உத்தியோகத்தில் ஸ்திரத்தன்மை ஏற்பட்டு விடும். பதவி உயர்வு கிடைப்பது சர்வ நிச்சயம்.

சந்திராஷ்டம நாட்கள் : 9-ஆம் தேதி காலை 6.51 முதல் 11 ஆம் தேதி காலை 9.59 வரை.

பரிகாரம் : தினமும் குருவாயூரப்பன் படத்திற்கு துளசி சமர்ப்பித்து 'நாராயணா அகில குரோ பகவன் நமஸ்தே' என்று சொல்லி தனக்குவமை இல்லாதானின் தாள் பணிந்து வழிபடவும்.



மிதுன ராசி :

மிருகசீரிஷம் 3, 4 ஆம் பாதங்கள், திருவாதிரை, புனர்பூசம் 1,2,3 ஆம் பாதங்கள்.

பொது : குற்றாலம் அருவி போல் கொட்டப் போகுது பணம். பட்ட கடன் அத்தனையும் ஒட்ட அடைத்து விடும் நேரமிது. அயல்நாட்டுத் தொடர்புகள் வலுப்பெறும்.

இல்லத்தரசிகள் : உடலாரோக்கியம் சிறந்து விளங்கும். வாக்கு ஸ்தானத்தில் சனி உள்ளதால் பேச்சைக் குறைக்கவும்.

பணிபுரியும் பெண்கள் : பதவி உயர்வு கிடைக்கும். வேலை பார்க்கும் இடத்தில் மகிழ்ச்சியான சூழ்நிலை உருவாகும். உயர் அதிகாரிகளின் நன்மதிப்பையும் பாராட்டுதல்களையும் பெறுவீர்கள்.

சந்திராஷ்டம நாட்கள் : 11-ஆம் தேதி காலை 9.59 முதல் 13-ஆம் தேதி பகல் 12.24 வரை.

பரிகாரம் : 'ஐம் வத வத வாக்வாதின்யை ஸ்வாஹா' என்னும் மந்திரத்தை தினமும் 108 முறை சொல்லி வந்தால் 12-ஆம் இடத்துச் சனியால் எந்தப் பாதிப்பும் நேராது.

கடக ராசி :



புனர்பூசம் 4 - ஆம் பாதம், பூசம், ஆயில்யம்.

பொது : ஆகா ஓஹோ வென்று சிலாகித்துச் சொல்லும் அளவிற்கு கிரக நிலவரம் சிறப்பாக இல்லை. ஆனால் தீமைகள் எதுவும் நடக்காது என்பதை உறுதியாக நம்பலாம். தொழிலில் சில மாற்றங்கள் நிகழும். முயற்சிகள் அனைத்திலும் வெற்றி காண்பீர்கள். ஆனால் நத்தை வேகத்தில்தான் ஒவ்வொன்றும் நடக்கும்.

இல்லத்தரசிகள் : அசாத்தியப் பொறுமையும், சகிப்புத் தன்மையும் தேவைப்படும் நேரமிது. கடும் முயற்சி செய்தால் நிச்சயமாக உங்கள் எண்ணங்கள் ஈடேறும்.

பணிபுரியும் பெண்கள் : அலுவலகத்தில் நிகழும் மாற்றங்களை மனதார ஏற்றுக் கொள்ளுங்கள். பிற்காலத்தில் அவை நன்மை பயக்கும்.

சந்திராஷ்டம நாட்கள் : 13-ஆம் தேதி பகல் 12.24 முதல் 15-ஆம் பிற்பகல் 2.57 வரை.

பரிகாரம் : மஹா கணபதியை தினமும் வழிபட்டு வரவும். வளர்பிறை சதுர்த்தி (அக்.7) சங்கடரஹரசதுர்த்தி (அக்-20) ஆகிய நாட்களில் உங்கள் வீட்டிற்கு அருகில் உள்ள விநாயகர் கோவிலுக்குச் சென்று வழிபடவும்.



சிம்ம ராசி :

மகம், பூரம், உத்திரம் 1-ஆம் பாதம்.

பொது : தொழில் முன்னேற்றம் சிறந்து விளங்கும். உடலாரோக்கியத்தில் சிறு சிறு உபாதைகள் ஏற்பட்டு விலகும். தேவைக்கேற்ற வருமானம் இருக்கும். பணம் கொடுக்கல் வாங்கலில் விழிப்புணர்வும் அதிகப்படியான எச்சரிக்கையும் தேவை. பயணங்களின் போது உங்கள் உடைமைகளை பத்திரமாகப் பார்த்துக் கொள்ளவும்.

இல்லத்தரசிகள் : இது ஒரு சுமாரான மாதம். அனைவரிடமும் சிரித்துப் பேசி அனுசரித்துச் செல்வது நல்லது.

பணிபுரியும் பெண்கள் : அலுவலகப் பணத்தைக் கையாளும் பொறுப்பில் உள்ளவர்கள் அதிக உஷார் நிலையில் தங்கள் கடமைகளை ஆற்ற வேண்டும்.

சந்திராஷ்டம நாட்கள் : 15-ஆம் தேதி பிற்பகல் 2.57 முதல் 17-ஆம் தேதி மாலை 6.29 வரை.

பரிகாரம் : மைசூர் சாமுண்டீஸ்வரியை மனதாரத் துதிக்கவும். தேவி கட்கமாலா அஷ்டோத்திரம் படிக்கத் தெரிந்தவர்கள் அதைத் தினமும் படித்து வரவும். அல்லது "நன்றே வருகினும்" எனத் துவங்கும் அபிராமி அந்தாதியின் 95-வது பாடலை தினமும் இயன்ற அளவு படித்து வரவும்.



கன்னி ராசி :

உத்திரம் 2, 3, 4 - ஆம் பாதங்கள், ஹஸ்தம், சித்திரை 1, 2 ஆம் பாதங்கள்.

பொது : நிதி நிலவரத்தில் கணிசமான முன்னேற்றம் காண்பீர்கள். தொழில் மேன்மை அடையும். அயல்நாட்டுத் தொடர்புடைய தொழில்புரிவோர் அளவிட முடியாத நன்மை பெறுவர். திருமணம் நிச்சயிக்கப்படும். மாணவ மாணவியரின் கல்வி முன்னேற்றம் சிறந்து விளங்கும்.

இல்லத்தரசிகள் : குடும்பத்தில் ஒற்றுமையும், மகிழ்ச்சியும் அதிகரிக்கும். சுப நிகழ்ச்சிகளில் கலந்து கொள்வதும் வீட்டிற்கு விருந்தினர் வருகையும் உங்களை பிஸியாக இருக்கச் செய்யும்.

பணிபுரியும் பெண்கள் : மிகப் பெரிய பதவி உயர்வுகள் சிலருக்குக் கிடைக்கும். அலுவலகத்தில் அனைவரின் பாராட்டுதல்களையும் பெறுவீர்கள்.

சந்திராஷ்டம நாட்கள் : 17-ஆம் தேதி மாலை 6.29 முதல் 19-ஆம் தேதி இரவு 11.50 வரை.

பரிகாரம் : லக்ஷ்மி நரசிம்மரை வழிபடவும். "கராங்குலி நகோத்பன்ன நாராயண தசாக்ருதி" என்று தினமும் மாலை நேரத்தில் 3 முறை சொல்லி வரவும்.



துலாம் ராசி :

சித்திரை 3, 4 - ஆம் பாதங்கள், சுவாதி, விசாகம் 1,2,3 - ஆம் பாதங்கள்.

பொது : மாதத் துவக்கத்தில் ஒரு நல்ல செய்தி வரும். திருமணத் தடை விலகும். குடும்பத்தில் அடுத்தடுத்து பல சுபநிகழ்ச்சிகள் நடைபெறும். தம்பதியருக்கு ஒரு வாரிசு உருவாகும் நேரமிது. கணவன் - மனைவி உறவு மகிழ்ச்சிகரமாக விளங்கும். சுப விரயங்கள் ஏற்படும். பயணங்கள் உண்டு.

இல்லத்தரசிகள் : பொன் நகையும் புன்னகையும் உங்கள் மேனிக்கு எழில் சேர்க்கும். பிள்ளைகளின் வளர்ச்சி மகிழ்ச்சி ஏற்படுத்தும்.

பணிபுரியும் பெண்கள் : அலுவலகத்தில் மனதிற்குப் பிடித்த மாற்றங்கள் நிகழும். சம்பள உயர்வு போனஸ் போன்ற வருமானங்கள் எதிர்பார்த்தபடி கிடைக்கும். சுயதொழில் புரிவோர் மிகப் பெரிய முன்னேற்றம் காண்பார்கள்.

சந்திராஷ்டம நாட்கள் : 19-ஆம் தேதி இரவு 11.50 முதல் 22-ஆம் தேதி காலை 7.35 வரை.

பரிகாரம் : ராசிக்கு 12-ஆம் இடத்தில் கேது சூரியனுக்கு சனிப்பார்வை உள்ளதால் விநாயகரையும் சிவனையும் வழிபடவும். 'காமேஸ்வர முகாலோல

கல்பித ஸ்ரீ கணேஸ்வரா' என்று தினமும் காலையில் 3 முறை சொல்லி பிள்ளையாரை மனதாரத் துதிக்கவும்.



விருச்சிக ராசி :

விசாகம் 4 - ஆம் பாதம், அனுஷம், கேட்டை.

பொது : உடல் ஆரோக்கியம் சிறந்து விளங்கும். மாத முற்பகுதியில் தொழில் மேன்மை அடையும். பிற்பகுதியில் ஒரு சிறு தொய்வு ஏற்படும். பொருளாதார நிலையில் மிகப் பெரிய மாற்றங்கள் எதுவும் நிகழாது. சுய தொழில்புரிவோர் புதிய முதலீடுகள் செய்வதை மாத பிற்பகுதியில் தவிர்ப்பது நலம்.

இல்லத்தரசிகள் : சுபநிகழ்ச்சிகள் நடைபெறும். விருந்தினர் வருகை அதிகரிக்கும். குடும்பத்தார்க்கு ஆற்ற வேண்டிய கடமைகளைச் சரிவரச் செய்து மகிழ்வீர்கள். மகிழ்ச்சிகரமான நிகழ்ச்சிகளில் அடிக்கடி கலந்து கொண்டு கலகலப்பாக இருப்பீர்கள்.

பணிபுரியும் பெண்கள் : உங்களது செய்கைகளில் எப்படியாவது குற்றம் குறைகளைக் கண்டுபிடித்து விட வேண்டும் என்னும் உள்நோக்கத்துடன் சிலர் செயல்படுவார்கள். ஜாக்கிரதை!

சந்திராஷ்டம நாட்கள் : 22-ஆம் தேதி காலை 7.35 முதல் 24-ஆம் தேதி மாலை 5.45 வரை.

பரிகாரம் : முருகப் பெருமானை வழிபடவும். கந்தசஷ்டி கவசம் சொல்லி வரவும். செவ்வாய் தோறும் முருகன் சந்நிதியில் நல்லெண்ணெய் தீபம் ஏற்றி மனமுருகி பிரார்த்தனை செய்தால் நன்மைகள் அதிகமாக நடைபெறும்.



தனுசு ராசி :

மூலம், பூராடம், உத்திராடம் 1 - ஆம் பாதம்.

பொது : கடந்த சில மாதங்களை விட இந்த மாதம் நற்பலன்களே சற்று அதிகமாக நடைபெறும். தொழிலில் தேக்க நிலை மாறி நல்ல முன்னேற்றம் காண்பீர்கள். 7-ஆம் இடத்திற்கு வியாழ நோக்கு உள்ளதால் திருமண முயற்சிகள் வெற்றி பெறும். பொருளாதார

நிலையில் தொய்வு இராது. உற்றாரும் மற்றோரும் உள்ளன்புடன் பழகுவர். மனம் நிம்மதி பெறும்.

இல்லத்தரசிகள் : உங்களின் அனைத்து முயற்சிகளுக்கும் குடும்பத்தாரின் ஒத்துழைப்பு கிடைக்கும். கணவன் மனைவி உறவு கல்கண்டாய் தித்திக்கும். உடன்பிறப்புகளுடன் இணக்கம் அதிகரிக்கும்.

பணிபுரியும் பெண்கள் : அலுவலகத்தில் மறைமுகத் தொல்லை கொடுத்து வந்தவர்கள் வலுவிழந்து விடுவர். உங்களுடைய நாற்காலியை யாரும் இனி அசைக்க முடியாது.

சந்திராஷ்டம நாட்கள் : 24-ஆம் தேதி மாலை 5.45 முதல் 27-ஆம் தேதி காலை 5.20 வரை.

பரிகாரம் : சனிக்கிழமைதோறும் சிவன் சந்நிதியிலும் நவக்கிரக சந்நிதியிலும் நல்லெண்ணெய் தீபம் ஏற்றி வழிபடவும்.

மகர ராசி :



உத்திராடம் 2, 3, 4 - ஆம் பாதங்கள், திருவோணம், அவிட்டம் 1, 2 - ஆம் பாதங்கள்.

பொது : பதவி உயர்வு கிடைக்கும். சிலர் தற்போது உள்ள உத்தியோகத்தை உதறித் தள்ளிவிட்டு வேறு நல்ல வேலைக்கு மாறி விடுவார்கள். நீண்ட காலமாக மாதச் சம்பளம் வாங்கிக் கொண்டிருந்தவர்கள் இப்பொழுது திடீர் என சொந்த பிஸினஸ் ஆரம்பிக்க தைரியமாக முற்படுவர். கடல் கடந்து சென்று பணியாற்றும் வாய்ப்பு சிலருக்கு ஏற்படும்.

இல்லத்தரசிகள் : குடும்பம் மகிழ்ச்சியாக விளங்கும். செல்வ நிலை ஒரே சீராக இருக்கும். பிள்ளைகளால் பெருமிதம் கொள்வீர்கள்.

பணிபுரியும் பெண்கள் : அலுவலகத்தில் உங்களுடைய செல்வாக்கு அதிகரிக்கும். புதிய பொறுப்புகள் வந்து சேரும். ஊதிய உயர்வு கிடைக்கும். உற்சாகமாகப் பணிபுரிவீர்கள்.

சந்திராஷ்டம நாட்கள் : 27-ஆம் தேதி காலை 5.20 முதல் 29-ஆம் தேதி மாலை 4.44 வரை.

பரிகாரம் : தினமும் காக்கைக்கு

அன்னமிடவும். சனிக்கிழமைதோறும் சிவதரிசனம் செய்து விட்டுப் பிறகு நவக்கிரகங்களை 9 முறை வலம் வரவும்.

கும்ப ராசி :



அவிட்டம் 3, 4 - ஆம் பாதங்கள், சதயம், பூரட்டாதி, 1, 2, 3 - ஆம் பாதங்கள்.

பொது : நீங்கள் எதைத் தொட்டாலும் அது சக்ஸஸ். தொழில் முன்னேற்றம் அடையும். உத்தியோகத்தில் உள்ளவர்களுக்கு பதவி உயர்வு கிடைக்கும். உடலாரோக்கியம் சிறந்து விளங்கும். ஆன்மீக ஈடுபாடு அதிகரிக்கும். காசி - ராமேஸ்வரம் போன்ற புனிதத் தல யாத்திரை செல்லும் பேறு சிலருக்குக் கிட்டும்.

இல்லத்தரசிகள் : மகிழ்ச்சியாகக் காணப்படுவீர்கள். சுப நிகழ்ச்சிகளாகவே நடைபெறும். புதிய ஆடை ஆபரணச் சேர்க்கை உண்டாகும். கணவரின் தொழிலிலோ அல்லது ஆரோக்கியத்திலோ ஒரு சிறு பிரச்னை ஏற்பட்டு விலகும்.

பணிபுரியும் பெண்கள் : அலுவலகத்தில் நீங்கள் வைத்ததுதான் சட்டம் என்னும் அளவிற்கு உங்கள் செல்வாக்கு கொடிகட்டிப் பறக்கும். உங்கள் திறமைக்கும் உழைப்பிற்கும் கிடைக்க வேண்டிய உரிய அங்கீகாரம் கிடைக்கும்.

சந்திராஷ்டம நாட்கள் : 2-ஆம் தேதி காலை 9.33 முதல் 4-ஆம் தேதி இரவு 7.02 வரையிலும் மீண்டும் 29-ஆம் தேதி மாலை 4.44 முதல் மாத இறுதி வரை.

பரிகாரம் : குலதெய்வ வழிபாடு செய்து வருவது நலம்.

மீன ராசி :



பூரட்டாதி 4 - ஆம் பாதம், உத்திரட்டாதி, ரேவதி.

பொது : பழைய பாக்கிகள் வசூலாகும். பூர்வீகச் சொத்து இருந்தால் இப்பொழுது அது கைக்கு வரும். பல வருடங்களுக்கு முன்பு வாங்கிப் போட்ட நிலத்தை விற்பதன் மூலம் ஒரு பெருந்தொகை சிலருக்குக் கிடைக்கும். உத்தி யோகத்தில் உள்ள சிலர் வி.ஆர்.எஸ். கொடுப்பதன் மூலம் ஒரு கணிசமான தொகை கிடைக்கப் பெறுவர். மீனராசிக்கு இந்த மாதம் பணம் நிறைய வரும் என்பது ஒன்றைத் தவிர மற்ற எதுவும் சிறப்பித்துச் சொல்லும்படி இல்லை.

இல்லத்தரசிகள் : குடும்பம் நல்லபடி நடக்கும். எனினும், பிள்ளைகளைப் பற்றியும் கணவரைப் பற்றியும் மாத முற்பகுதியில் சற்று அதிகமாகவே கவலைப்படுவீர்கள். மாத பிற்பகுதியில் மனதில் மகிழ்ச்சி குடிபுகும்.

பணிபுரியும் பெண்கள் : செய்தொழில் எதுவாகினும் பிரச்னை ஒன்றும் இல்லை. ஜீவனஸ்தானம் வலுவாக உள்ளதால் வருமானம் அதிகரிக்கும்.

சந்திராஷ்டம நாட்கள் : 4-ஆம் தேதி இரவு 7.02 முதல் 7-ஆம் தேதி அதிகாலை (அதாவது 6-ஆம் தேதி பின்னிரவு) 2.0? வரை.

பரிகாரம் : மனதில் அமைதி நிலவ ஆதிசங்கரர் பிரதிஷ்டை செய்த சிருங்கேரி சாரதா தேவியை மனதாரத் துதிக்கவும்.



என் அம்மா





முதல் பரிசு ரூ. 1000/-

5 வயதில் அதட்டினாள். அதனால் எனக்குப் பிடிக்கவில்லை.

10 வயதில் படி படி என பாடாய்ப் படுத்தினாள். அதனால் எனக்குப் பிடிக்கவில்லை.

20 வயதில் கணவன் வீடே கதியென் றிருக்கச் சொல்லி கட்டாயமாய் கருணையின்றி அனுப்பி விட்டாள். அதனால் எனக்குப் பிடிக்க வில்லை.

30 வயதில் நான் அம்மா! எனக்கு இப்ப ரொம்பப் பிடிக் குது என் அம்மாவை.

- எஸ். குணசாந்தி,
நெய்வேலி.

இரண்டாம் பரிசு ரூ.500/-

அம்மா...!
நீ என்னைப் பெற்றது
மடியில் போட்டுக் கொஞ்சவா - உன்
மலடிப் பட்டம் நீங்கவா?
எனக்குத் தெரியாது.
வாரி அணைத்து மகிழவா - ஒரு
வாரிசு வேண்டுமென்றா?
எனக்குத் தெரியாது.
பத்து நிமிடம் சேர்ந்தாற்போல
பாரத்தைச் சுமக்க முடியாத நீ
பத்து மாதம் கருவிலும்
பல காலம் இடுப்பிலும்
சுமந்தாய். உழன்றாய்.
இமை மூடா சுமைதாங்கி நீ!
எனைக்காத்த இடிதாங்கி, நீ!
அம்மா அம்மா - உனைத் தவிர
உலகில் மற்றதெல்லாம்
சும்மா சும்மா!

- ஆர். மாலதி,
சென்னை - 29.

மூன்றாம் பரிசு ரூ. 300/-

என்னை இசைபட வாழ தினமும் வசைபாடும் என் அம்மாவிற்கு ஆறாம் வகுப்பு பயிலும் இசை பாடும் ஒரே மகன் நான். 'அம்மா' என்கின்ற அகராதியில் அம்மாவிற்கு அர்த்தம் 'அட்வைஸ்.' இசை ஆசிரியராகப் பணியாற்றும் என் அம்மா வேலைக்குச் செல்லும் போதும் சரி, வீட்டில் இருக்கும் போதும் சரி, பரபரப்பு- எரிச்சல் - சதாசர்வகால போதனை - வெளியில் அன்பு காட்டத் தெரியாத (நீங்கள் அன்பு வட்டத்தைப் போட்டுக் காட்டியும்), உள் மனது பாசத்துடன் என் அம்மா! கத்தி பேசுவதால் மறைகின்ற புத்தி, தேவையில்லாத சுறுசுறுப்பில் காட்டும் கடுகடுப்பு, அமைதிக்கு ஏங்குவது போல் போடும் கூச்சல். சளைக்காது உழைப்பது போல் தானாகவே ஏற்படுத்திக் கொள்ளும் களைப்பு!



என் அம்மாவிற்கு எப்போதும் - இனிமையை மறந்து - தனிமையை வெறுத்து - பொறுமையைத் துறந்து - சிறந்து விளங்குவதாய் நினைப்பு. அன்றைய பாடங்களை அன்றன்றைக்கே முடிக்கச் சொல்லி என்னை முன்னேற்றுபவள். ஆனால் அன்றன்றைய (பிற) வீட்டு வேலை களை முடிக்க முடியாமல் திணறுபவள். இப்படி இருப்பது காலக் கட்டாயத்தின் கோலமா? என் அம்மாவிற்கும் எனக்கும் இதுதான் பாலமா...!

- கே.ஆர். விக்னேஸ்வரன், சென்னை - 42.

ஆறுதல் பரிசு ரூ. 200/-

முத்துக்கள் மூன்று ஈன்றெடுத்த எங்கள் தெய்வத்தாய், கணவனே கண் கண்ட தெய்வம் என்று வாழ்ந்த தெய்வப் பிறவி. பதிபக்தி நிறைந்தவள். பெண்ணின் பெருமை பேச வந்த கற்புக்கரசி. பாச மலர்களால் தொடுக்கப்பட்ட பூமாலை. அறிந்தும் அறியாமலும் இருந்த குழந்தைப் பருவத்திலேயே (பத்து வயது) தாயில்லாப் பிள்ளையாக்கி மறைந்த தேவதை. அந்த ஆனந்த ஜோதி அணைந்து விட்டாலும் அவளுக்கு நெஞ்சில் ஓர் ஆலயம் அமைத்து, நினைவே ஒரு சங்கீதம் என்ற மணி யோசை எழுப்பி, அன்பு எனும் கற்பூர தீபம் காட்டி, தெய்வமாய் போற்றுகிறேன். அவளை நெஞ்சம் மறப்பதில்லை.

- மீனாக்ஷி பட்டாபிராமன், மதுரை.

ஆறுதல் பரிசு ரூ. 200/-

உலகின் எந்தப் பகுதிக்கும் பொதுவான முதல் ஒலி 'ம்..ம்மா...' இந்தப் புனிதமான உறவை 50 பைசா இடத்திற்குள் அடக்க முடியுமா? என் வாழ்வின் ஆரம்ப நாள் முதல் இறுதி வரை பின்புலத் தூணாய், சகோதரியாய், உற்ற தோழியாய் யாதுமாகி நின்றவள் நீ! என் இன்றைய வாழ்க்கைக்காக உன் இளம் வயது வாழ்வைத் தொலைத்தவள். மிகச் சிறந்த ஆசிரியையாய் எத்தனையோ மாணவர்களுக்கு நல்வாழ்வு காட்டியவள் என் அம்மா! நான் வகுத்துக் கொண்ட வாழ்க்கை விதம் 'நீ சிறந்த தாய்' என்பதை நிரூபிக்கிறது - இதை எல்லோரும் சொல்கிறார்கள். பெரியவர்களிடம் மரியாதை, விருந்தோம்பல், குழந்தை வளர்ப்பு - எத்தனை எத்தனை உன்னிடமிருந்து கற்றுக் கொண்டேன். அடுத்த பிறவி என்று ஒன்று இருந்தால் நான் உனக்கு அம்மாவாகி கொஞ்சமாவது உனது கடனைத் தீர்க்க வேண்டும்.

- சுதா வெங்கடேஷ், பெங்களூர்.

மங்கையர் மலர் - வெள்ளி விழா போஸ்ட் கார்டு போட்டி! - 10

ஒவ்வொரு மாதமும் ஏதாவதொரு தலைப்பில் மினி கட்டுரைப் போட்டி! சிறந்த மூன்று 'போஸ்ட் கார்டு' கட்டுரைகளுக்கு முறையே **முதல் பரிசு, இரண்டாம் பரிசு, மூன்றாம் பரிசு** மேலும் **இரண்டு ஆறுதல் பரிசுகள்** உண்டு.

போட்டி விதிமுறைகள் :

* 50 பைசா போஸ்ட் கார்டில் மட்டுமே எழுத வேண்டும்.
* யார் வேண்டுமானாலும் கலந்து கொள்ளலாம்.
* கடைசித் தேதி 10.10.2005
* ஆசிரியர், மங்கையர் மலர், கல்கி பில்டிங்ஸ், 47, ஜவாஹர்லால் நேரு சாலை, ஈக்காடுதாங்கல், சென்னை - 32 என்ற முகவரிக்கு அனுப்ப வேண்டும்.
* ஆசிரியரின் தீர்ப்பே இறுதியானது.

மங்கையர் சக்தி
மகத்தான சக்தி
மங்கையர் மலர் வெள்ளிவிழா

நவம்பர் மாத போட்டித் தலைப்பு :

தொலைக்காட்சியா?

தொல்லைக்காட்சியா?

உங்கள் கருத்தை போஸ்ட் கார்டில் எழுதி அனுப்புங்கள்.







பொருள் : கருப்பட்டி



இம்மாத இல்லத்தரசி



முதல் பரிசு : சாஸ்தா வழங்கும்
டேபிள் டாப் வெட் கிரைண்டர்

பரிசு பெற்ற அதிர்ஷ்டசாலி : பர்னீதா

கருப்பட்டி கஜூரா

தேவையான பொருள்கள் :

கருப்பட்டி - 200 கிராம்,
கேழ்வரகு மாவு - 250 கிராம்,
வறுத்துப் பொடித்த
தேங்காய்ப் பூ - ½ கப்,
எள்ளு - 25 கிராம்,
சுக்குப் பொடி - ½ ஸ்பூன்,
ஏலப்பொடி - ½ ஸ்பூன்,
ஆப்ப சோடா - 2 சிட்டிகை,
ஊறவைத்த கடலைப் பருப்பு - 1 ஸ்பூன்,
வேர்க்கடலை (ஊற வைத்தது) - 1 ஸ்பூன்,
டால்டா - 25 கிராம்,
பொரிக்கத் தேவையான எண்ணெய்,
பொடித்த நாட்டுச் சர்க்கரை - 25 கிராம்,
முந்திரி கிள்ளல்கள் - 1 ஸ்பூன்.

செய்முறை :

கேழ்வரகு மாவுடன் ஆப்ப சோடாவை கலந்து சலித்து எடுத்துக் கொள்ளவும். இதனுடன் வறுத்துப் பொடித்த தேங்காய்ப் பூ, டால்டா, சுக்குப் பொடி,





தாயின் இதயத்தை, சிறந்ததோர் இடத்தை மனிதன் பெற்று விட முடியாது. தாயின் இதயம் எவ்வளவு உயர்ந்தது என்பதைப் புரிந்து கொள்வதற்குள் மனிதன் தாயை இழந்து விடுகிறான் - கதே.

தொகுப்பு : கே.வி. சீனிவாசன்.

ஏலப்பொடி, ஊறவைத்த வேர்க்கடலை, கடலை பருப்பைக் கலந்து வைத்துக் கொள்ளவும். முந்திரிக் கிள்ளல்களுடன்.

கருப்பட்டியை உடைத்துத் தூள் செய்து, மூழ்குமளவு நீர் விட்டு அடுப்பில் வைக்கவும். கருப்படி கரைந்து வந்ததும் சல்லடையில் வடிகட்டி, திரும்ப அடுப்பில் வைத்துக் காய்ச்சவும். நன்கு கொதித்ததும், இறக்கி கொஞ்சம் கொஞ்சமாக மாவில் பிசிறவும். (மாவு உருட்டும் பதத்திற்கு வருவது முக்கியம்) கருப்பட்டி பாகு மீதமிருந்தால் நிறுத்தி விடவும். (மாவுப் பதம் குறைவாக இருந்தால் சுடுநீர் சேர்த்துக் கொள்ளவும்).

அடுப்பில் வாணலியை வைத்து எண்ணெய் விட்டு காய்ந்ததும், கலந்து வைத்துள்ள மாவை சிறு சிறு உருண்டைகளாக உருட்டி, உள்ளங்கையில் வடை போல் தட்டித் தட்டி எண்ணெயில் போட்டு பொரித்தெடுக்கவும். அடுப்பை நிதானமாக எரிய விட்டு சிறு தீயிலேயே பொரித்து எடுத்தால் கஜூரா மெதுவாக இருக்கும். அடுப்பிலிருந்து எடுத்த சூடான கஜூரா மேல் பொடித்த நாட்டுச் சர்க்கரையைத் தூவி, விரலால் ஒரு அமுக்கு அமுக்கி அதன் மீது சிறிது எள்ளைத் தூவவும்.

இப்போது இனிப்பான, சுவையான கருப்பட்டி கஜூரா தயார். இதற்கு வெண்ணெய் தொட்டுக் கொண்டு சாப்பிட சுவை நாக்கைச் சுருட்டி இழுக்கும். பெரியவர் முதல் சிறியவர் வரை தேடித் தேடி தின்ன வைக்கும் இந்தக் கருப்பட்டி கஜூரா, ஒரு வாரம் வரை கெடாது.

இந்த மாவையே தோசை மாவு பதத்திற்கு கரைத்துக் கொண்டு கரண்டியால் சூடான எண்ணெயில் மொண்டு ஊற்றி, வெந்தபின் எடுத்துச் சாப்பிட்டால் அது கருப்பட்டி அப்பம்.

இன்னும் தண்ணீர் விட்டுக் கரைத்துக் கொண்டு தோசைக்கல்லில் ஊற்றி, நெய் விட்டு வேகவைத்து எடுத்து சாப்பிட்டால் கருப்பட்டி இனிப்பு தோசை.

- பர்னீதா, பெங்களூர்.

இரண்டாம் பரிசு ரூ. 300/-

டோடோள்

கருப்பட்டி என்ற பனைவெல்லத்தை உபயோகப்படுத்தி மலேசியாவில் செய்யப்படும் உணவு பதார்த்தம் இது.

தேவையான பொருள்கள் :

பச்சரிசி - 200 கிராம்,
தேங்காய்ப் பால் - ¾ லிட்டர்,
தூளாக்கிய கருப்பட்டி - 200 கிராம்,
ஏலக்காய்த் தூள் - 1 டீஸ்பூன்,
தண்ணீர் - 100 மி.லி.

அலங்கரிக்க :

இரண்டாகப் பிளக்கப்பட்ட நெய்யில் வறுக்கப்பட்ட முந்திரி - 10 எண்ணிக்கை.
பல வடிவ கிண்ணங்கள்

செய்முறை :

1. பச்சரிசியை அரை மணி நேரம் ஊறவைக்கவேண்டும்.
2. ஒரு வாணலியில் நீர் ஊற்றி தூளாக்கி வைத்துள்ள கருப்பட்டியை போட்டு, கரையும் வரை கிளறி இறக்கி வடிகட்டி வைத்துக் கொள்ளவும்.
3. ஊறிய பச்சரிசியை தேங்காய்ப் பால் ஊற்றி மிக்ஸியில் நைசாக அரைக்க வேண்டும்.
4. அரைத்த பச்சரிசி மாவை அடிகனமான, கனமான பாத்திரத்தில் (நான்ஸ்டிக் இருந்தால் நல்லது). ஊற்றி கிளற வேண்டும்.
5. சிறிது கெட்டியான பிறகு வடிகட்டிய கருப்பட்டியையும் ஊற்றி கிளற வேண்டும். கெட்டியாக ஆரம்பிக்கும் பொழுது அடுப்புத் தணலைக் குறைக்க



எனக்கு நேரம் கிடைக்கும் போது, வெல்லத்தைக் கரைத்து, கல் அரித்து, ஜாம் பதத்தில் பாகு செய்து குளிர்சாதனப் பெட்டிக்குள் வைத்து விடுவேன். விசேஷ தினங்களில் வெல்ல பக்ஷணங்கள் செய்ய அவசரத்துக்கு இந்தப் பாகை எடுத்து சூடு செய்து உபயோகித்துக் கொள்வேன். அரக்கப் பரக்க ஓட வேண்டிய பண்டிகை நாட்களில் நமக்கு இந்தப் பாகு செய்து வைத்துக் கொண்டிருப்பதால் நேரமும் மிச்சமாகிறது. - பாகீரதி ராமஸ்வாமி.

வேண்டும்.

தொடர்ந்து கிளறிக் கொண்டே இருக்கும் பொழுது சிறிது தளர்வாக கெட்டிப்பதம் வரும் பொழுது ஏலக்காய்ப் பொடி போட்டு நன்கு கிளறி இறக்கி ஆறியபின் சாப்பிட சத்தான ருசியான உணவாகும்.

சூடாக இருக்கும்பொழுதே பல்வேறு வடிவங்களில் உள்ள கிண்ணங்களில் ஊற்றி மேலே முந்திரி பருப்பை சொருகி வைக்க வேண்டும்.

நன்கு ஆறிய பிறகு கவிழ்த்தால் புதுமையான வடிவங்களில் புதுவித தோற்றத்துடன் புதுவித ருசியுடன் எல்லோராலும் விரும்பப்படும் உணவாக இருக்கும்.

பயன் :

'டோடோள்' என்ற இந்த மலேசியத் தயாரிப்பில் உள்ள தேங்காய்ப் பால், கருப்பட்டி நெஞ்சைப் பலப்படுத்தும் சளித்தொல்லையை அகற்றி நன்கு சுவாசம் விட உதவி செய்யும்.

- சு. மனோன்மணி, திருச்சி - 21.

மூன்றாம் பரிசு ரூ. 200/-

கருப்பட்டி சம்பா இளநீர் பொங்கல்

தேவையான பொருள்கள் :

சம்பா கோதுமை ரவை - 400 கிராம்,
பாசிப் பருப்பு - 100 கிராம்,
அவல் - 50 கிராம்,
பனைவெல்லம் - 500 கிராம்,
வெல்லம் - 150 கிராம்,
நெய் - தேவைக்கேற்ப,
இளநீர் - 4 தம்ளர்.

அலங்கரிக்க :

நெய்யில் வறுத்த முந்திரி, திராட்சை, அவல், துருவிய சாக்லேட், செர்ரி தேவைக்கேற்ப.

செய்முறை :

சம்பா கோதுமை ரவையை நெய்யில் வறுக்கவும். பாசிப் பருப்பையும் நெய்யில் வறுக்கவும். குக்கரில் இளநீரில் சிட்டிகை உப்பு சேர்த்து சம்பா கோதுமை ரவை + பாசிப் பருப்பையும் சேர்த்து 2 விசில் வரும் வரை விட்டு வேகவைக்கவும். கருப்பட்டி + வெல்லம் இரண்டையும் தூளாக்கி + நீர் விட்டுக் கரைத்து வடிகட்டி இளம்பாகு தயாரித்து வேகவைத்த கோதுமைப் பொங்கலைப் போட்டுக் கிளறி நெய் தடவிய அகலமான தட்டில் போட்டு நெய்யில் வறுத்த முந்திரி, திராட்சை, அவல், துருவிய சாக்லேட் தூவி ஆறியபின் துண்டுகள் செய்து சாப்பிட்டால் மிகவும் ருசியாக இருக்கும். கருப்பட்டி உடலுக்கு நல்லது. இளநீரில் அல்லது தேங்காய்த் தண்ணீரிலும் இப்படிச் செய்யலாம். இதையே பசும்பாலில் கலந்து சாப்பிட்டால் அமிர்தமாயிருக்கும்.

- பி. தேன்மொழி, திருவள்ளூர்.

ஆறுதல் பரிசு ரூ. 100/-

கருப்பட்டி டால் அல்வா

தேவையான பொருள்கள் :

து. பருப்பு - 50 கிராம்,
க. பருப்பு - 50 கிராம்,
பாசிப் பருப்பு - 50 கிராம்,

உத்தியோகத்தில பிரச்னையா?



எந்த உத்தியோகத்திலும் என்னால Maximum 6 மாதத்திற்கு மேல் இருக்க முடியலை. மாறிட்டே இருந்தேன். அதனால என் வளர்ச்சி தடைபட்டது. நான் இருக்கணும்னு நினைச்சாலும் ஏதாவது ஒரு ப்ராப்ளம். என்ன செய்யறதுன்னு தெரியலை. இதனால என் மேரேஜ் தடைபட்டுப் போனது. மங்கையர் மலர் ஆட் பார்த்து பத்மஸ்ரீ ஜெம்ஸ்க்கு ஜாதகத்துடன் சென்றேன். என் ஜாதகத்தை நன்றாக பார்த்து சில தோஷங்கள் இருப்பதாக கூறி, காலஹஸ்தி போய் பரிகாரம் செய்ய சொன்னாங்க. பிறகு என் ஜாதகத்திற்கு பொருத்தமான அதிர்ஷ்ட கல் கொடுத்து, சில சிம்பிள் பரிகாரங்கள் இங்கேயே என்னை செய்யச் சொன்னாங்க. Within 2 months-ல நான் ஒரு சாப்ட்வேர் கம்பெனியில வேலைக்கு சேர்ந்தேன். என்னோட ஒர்க் பார்த்து நல்ல ஊக்கம்கொடுத்து கம்பெனி எனக்கு இன்கிரிமென்ட் + பிரொமோஷன் குடுத்தாங்க. இப்ப 2 இயர்ஸ் ஆயிடுச்சு. இப்ப கல்யாண சம்மந்தப்பட்ட வாய்ப்புகளும் நிறைய வருகிறது. ஜாதகம் பொருத்தம் பார்க்க **பத்மஸ்ரீ ஜெம்ஸ்**க்கு போகும்போது அப்போதுதான் எனக்கு வாழ்க்கையில் நடந்த மாற்றங்கள் சொல்ல வாய்ப்பு கிடைத்தது. பத்மஸ்ரீ ஜெம்ஸ்க்கு மனமார்ந்த நன்றி!

Sai Sathish, Adyar, Chennai-20

Sai Sathish மாதிரி பலரது நம்பிக்கையும் பிரச்சனையும் தீர்த்து வைக்கும் ஒரே நிருவனம்

Padmashri Gems Jewellers

சரி இதை யார் பரிந்துரைக்கிறார்கள்

Mr. RAJASHEKAR B.Com., C.Gem., P.Gem.A., Bankok

International Astrogemmologist

இந்தியாவின் சிறந்த Astrologer என்று Bangkok Association மூலம் தேர்ந்தெடுக்கப்பட்டவர். பலரது பிரச்சனைகளை தன் Astrogemmology மூலம் நிரந்தர தீர்வு தருகிறார்.

தபாலில் பதில் அறிய ரூ.251 **with Birth Details** அனுப்பவும்

Free Consultation with this Copy

For Appointment Contact : 52122927, 28157560

100% Genuine & Energized Astro Gems, Original Rudraksh (All Faces), Valamburi Shank, Saaligram, Sriyantra, Rasamani & Other Devine Articles

Padmashri Gems Jewellers

Astro-Gems, Diamonds, Gold & Silver Jewellery

53-A, North Usman Road, T.Nagar, Chennai - 17. India.
Ph : 52122927, 28157560

Email : powerofgems@yahoo.com Website : www.padmashrigems.8m.com

ADVT.

சம்பா கோதுமை மாவு - 100 கிராம்,
கோவா - 100 கிராம்,
உருக்கிய நெய் - 100 கிராம்,
கருப்பட்டி - ½ கிலோ,
முந்திரி - ஒரு டேபிள் ஸ்பூன்,
ஏலத்தூள் - சிறிதளவு.

செய்முறை :

சூடான வெறும் வாணலியில், பருப்புகள் மூன்றையும் தனித்தனியாகப் போட்டு பொன்னிறமாக வறுத்தெடுத்து, தனித்தனியாக ஒரு பாத்திரத்தில் போட்டுக் கொதிக்கும் நீர் ஊற்றி மூடி வைத்து விட்டால், சிறிது நேரத்தில் அந்தச் சூட்டிலேயே நன்கு வெந்து விடும். பிறகு நீரை வடித்து விட்டு சிறிது நேரம் ஆற விட்டு மிக்ஸி ஜாரில் பிளேடு மூழ்கும் வரை போட்டு, ஒரு பருப்பு கூட முழுதாக இல்லாமல் நன்கு மசித்தெடுத்து மசித்த மூன்று பருப்பையும் ஒன்றாகக் கலந்து கொள்ளவும்.

முந்திரியை சிறிது நேரம் ஈரத் துணியில் முடிந்து வைத்து, மெல்லியதாக சீவிக் கொள்ளவும். வாணலியில் ஒரு டேபிள் ஸ்பூன் நெய் விட்டு, கோதுமை மாவைப் போட்டு பொன்னிறமாக வறுக்கவும். மறுபக்க ஸ்டவ்வில், தூளாக்கிய கருப்பட்டியைப் போட்டு சிறிது நீர் இளம்பாகாக் காய்ச்சவும். கோதுமை மாவு சிவந்தவுடன் ஒரு கப் கொதி நீர் விட்டு கட்டி தட்டாமல் கிளறவும். கோதுமை மாவு நன்கு வெந்தவுடன் கருப்பட்டிப் பாகை ஊற்றவும். மசித்த மூன்று பருப்புகளையும் சேர்த்து நடுநடுவில் சிறிது சிறிதாக உருக்கிய நெய் விட்டுக் கிளறவும்.

கடைசியில் கோவாவையும், மீதி இருக்கும் நெய்யையும் விட்டு அல்வா பதம் வரும் வரையில் நன்கு கிளறி ஏலத்தூள் சேர்த்து இறக்கவும். கடைசியில் சீவிய முந்திரியால் அலங்கரிக்கவும்.

- விஜயராணி வரதராஜன்,
கோயமுத்தூர்.

ஆறுதல் பரிசு ரூ. 100/-

பேரீச்சம்பழ கருப்பட்டி சோமாசி

தேவையான பொருள்கள் :

பேரீச்சம் பழம் கொட்டை நீக்கியது - 200 கிராம்,
கருப்பட்டி - 100 கிராம்,
முந்திரி - 50 கிராம்,
நெய் அல்லது டால்டா - 50 கிராம்,
ஏலக்காய் - 4,
மைதா - ½ கிலோ, எண்ணெய்.

செய்முறை :

பேரீச்சம்பழங்களை சிறு சிறு துண்டுகளாக நறுக்கவும். ஏலக்காயை பொடி பண்ணவும். முந்திரியை வறுத்து சிறிய துண்டுகளாக ஒடித்து வைக்கவும். ஒரு பாத்திரத்தில் கால் தம்ளர் நீர் விட்டு அடுப்பில் வைத்து கருப்பட்டியை தூள் செய்து போடவும். கருப்பட்டி கரைந்ததும் பேரீச்சம்பழத் துண்டு ஏலக்காய் பொடி, முந்திரித் துண்டுகள் போட்டு நன்கு சுருளக் கிளறி இறக்கவும்.

மைதா மாவில் நெய், உப்பு தேவையான நீர் சேர்த்து பூரி மாவு பதத்தில் பிசைந்து பூரிகளாக இடவும். பூரி மாவின் மேல் பேரீச்சம்பழக் கலவையை கொஞ்சமாக வைத்து மடித்து மூடி ஓரம் ஒட்டி விடவும். எல்லாவற்றையும் இது போல் செய்து எண்ணெயில் (காய்ந்த பிறகு) போட்டு சிவக்க விட்டு எடுக்கவும். மிகவும் சுவையாக இருக்கும்.

- என். தருமாம்பாள், வேலூர்.



ஸ்டிக்கர் பொட்டினை பாத்ரூம் டைல்ஸ், கதவு என கண்ட இடத்திலும் ஒட்டியெடுத்து உபயோகிக்காதீர்கள். தோல் அலர்ஜி ஏற்பட்டு அரிப்புக்கும் வாய்ப்பு உண்டு. அவற்றினை அதற்கென உள்ள அட்டைகளில் ஒட்டி உபயோகிப்பதே நல்லது.

- எஸ். மாலதி





நான் இப்போது
சிரமமின்றி
சுவாசிக்கிறேன்!



நான்
சொல்லலியா!



பங்கஜகஸ்தூரி
200 Ml.

கல்லூரிப் பெண்ணே!

வசுந்தரா அழகுக்கலை நிபுணர்

“என்னிடம் ஆலோசனை பெற வருபவர்களில் தாயும் மகளுமாக வருபவர்களின் எண்ணிக்கைதான் அதிகம். சென்ற வாரம் இப்படி வந்த அம்மா-பெண் இருவரையும் பார்த்து நான் அசந்தே போனேன். அம்மாவுக்கு 40-45 வயதிற்குள் இருக்கும். மகள் கல்லூரியில் மூன்றாம் ஆண்டு படிப்பவள் என்றார்கள். ஆனால் அந்தத் தாயினிடத்தில் அதிகம் இளமை மாறாத நிலை! முடியும் சருமமும் ஆரோக்கியமாக-பளபளப்பாக!

மகளோ தலைமுடி ஏகமாக உதிர்ந்து போய் வழுக்கை தெரியும் நிலை, சருமம் வறண்டு கண்களைச் சுற்றிக் கருவளையம் கரும்புள்ளிகள் வேறு உருவான நிலையில் காணப்பட்டாள். அழகுடன் ஆரோக்கியமும், இளமையையும் காக்கும் ஒரு தாய்க்கு இப்படி ஒரு மகள் - இதை எண்ணியபோதே மனம் என்னவோ செய்தது. இப்படி ஒரு நிலை ஏற்பட என்ன காரணம்? அலட்சியப் போக்குதான். ஆம், எதையுமே அக்கறையுடன் பராமரித்துப் பாதுகாத்தால்தான் அதன் அழகும் - தன்மையும் மாறாமல், குறையாமல் இருக்கும். ஏனோதானோ என அலட்சியமாக விட்டு விட்டால்... இழந்ததை மீண்டும் திரும்பக் கொண்டு வர எத்தனை பாடுபட வேண்டும்? இதோ இந்த இதழில் இளம்பெண்களுக்காக அவர்களின் சருமம் மற்றும் முடி பாதுகாப்பிற்கான சிறப்பான சிகிச்சை முறைகள் பற்றிச் சொல்லப் போகிறேன்.

பருவ வயதில் ஏற்படக்கூடிய மிக முக்கியமான தொல்லை பருக்கள்தான். இதற்கு மிக முக்கியக் காரணம் எண்ணெய்ப் பசை அதிகம் கொண்ட சருமம்தான். அதனால் இதற்குத் தேவையான சிகிச்சை முறைகளை மேற்கொண்டால் இதிலிருந்து மீள முடியும். அதே போல சரும துவாரங்கள் பெரியதாக இருந்தால் அதில் அழுக்குச் சேருவதால் கரும்புள்ளிகள் ஏற்பட வழி வகுத்து விடும்.

இவற்றைத் தவிர்த்து சருமத்தைச் சுத்தமாகப் பராமரிக்க ‘ரெகுலராக க்ளென்ஸ்’ செய்ய வேண்டும். சோப்புப் போட்டுத் தேய்த்துக் கழுவுவதால் மட்





டுமே சரும துவாரங்களில் படிந்துள்ள அழுக்குகள் முழுமையாக நீங்குவதில்லை. கடையிலிருந்து 'க்ளென்சர் (நல்ல தரமான தாக வாங்கி வந்து) முகத்தில் தடவி மென்மையாக மசாஜ் செய்து பின்பு, மஸ்லின் துணியை நான்காக மடித்து, இளம் சூடான தண்ணீரில் நனைத்து இலேசாகப் பிழிந்து பின்பு முகத்தை அதனால் துடைத்தெடுத்துப் பாருங்கள். எத்தனை அழுக்கு அதில் வருகிறதென உங்களுக்கே புரியும்! ஜில்லென்ற தண்ணீர் கொண்டு முகத்தில் மென்மையாக அடித்தால் முகத்தில் உள்ள எண்ணெய்ப் பசை குறைந்து முகம் பளிச்சென்று இருக்க உதவும்.

க்ளென்சிங் மாஸ்க்

எண்ணெய்ப் பசை மிகவும் அதிகமாக உள்ளவர்களுக்கு படியும் அழுக்கின் அளவும் அதிகமாக இருக்கும்.

ஓட்ஸ் பவுடர் - ¼ கப்
தயிர் - ½ கப்
எலுமிச்சைச் சாறு - 2 டீஸ்பூன்

இவை மூன்றையும் நன்றாகக் கலந்து முகத்தில் தடவி 30 நிமிடங்கள் அப்படியே விட்டு பின்பு வெதுவெதுப்பான தண்ணீரில் முகம் கழுவலாம். வாரம் ஒருமுறை இப்படிப் போட்டு வர எண்ணெய்ப் பசை நன்கு குறையும்.

வெயிலால் இழந்த நிறம் மீண்டும் பொலிவு பெற :

உருளைக்கிழங்கு சாறு (பச்சையாக எடுத்தது) - 2 டீஸ்பூன்,
பார்லி தண்ணீர் - 2 டீஸ்பூன்,
தயிர் - 1 டேபிள் ஸ்பூன்.

கலந்து இப்படி சருமம் நிறம் குறைந்து கறுத்துப் போன பகுதியில் தடவி 15 நிமிடம் ஊறவிட்டு பின்பு முதலில் வெதுவெதுப்பான நீரிலும் பின்பு குளிர்ந்த நீரிலும் கழுவ வேண்டும்.

தரமான சீப்பு அவசியம்

ஏதோ ஒரு சீப்பை தரமுள்ளதா என்று கூடத் தெரியாமல் எடுத்து தலையை வாருவதால் தான் இளம்பெண்களுக்கு முடி பிளவுபடுவதும், முடி உதிர்வதும் ஏற்படுகின்றது. கைகளினாலேயே தயார் செய்யப்பட்ட தரமான சீப்புகள் கடைகளில் கிடைக்கின்றன. இவற்றின் பற்கள் கூராக இருப்பதில்லை, பற்களினிடையே இடைவெளியும் அதிகம். இவைகளைப் பயன்படுத்தி சரியான முறைப்படி தலைமுடியை வாருவதால் முடியில் பிளவு ஏற்படுவதென்பது இருக்காது. மேலும் உருண்டைவடிவ பற்கள் கொண்ட சீப்பைப் பயன்படுத்தி தலைமுடியை வாரும் பழக்கத்தையும் இளம்வயதிலேயே தொடங்கி விட வேண்டும். இதுபோன்ற வகை சீப்புகளைப் பயன்படுத்துவதால் முடி உதிர்வு இல்லாமல் இருக்கும். தலைக்குப் பயன்படுத்தும் சீயக்காய்ப் பொடியைக் கூடுமானவரை வீட்டிலேயே அரைத்துக் கொள்வதுதான் முடிக்குப் பாதுகாப்பு!

ஆரோக்கியம் தரும் எண்ணெய்க் குளியல்

வாரம் ஒருமுறை தவறாமல் எண்ணெய்க் குளியல் என்பது சருமத்திற்கும், தலைமுடிக்கும் ஓர் ஆரோக்கியமான பாதையைக் காட்டும். பாதாம் எண்ணெய் யுடன் ஆலிவ் ஆயிலை சமமான அளவு கலந்து இலேசாகச் சூடுசெய்து தலைமுடியின் வேர்க்கால்களில் படும்படி தடவி நன்கு மசாஜ் செய்ய வேண்டும். மஸாஜ் செய்வதால் தலைமுடியின் வேர்க்கால்களில் இரத்த ஓட்டம் கூடும்.

எண்ணெய் மஸாஜுக்கு பதில் 'ஸ்பா' மஸாஜ் என்ற சிகிச்சை பார்லர்களில் தரப்படுகிறது. தேவையான க்ரீம் + சீரம் சேர்த்து தலைமுடியின் வேர்க்கால்களில் தடவி மசாஜ் தரப்படும். இதன் மூலம் கழுத்து மற்றும் தலைப்பகுதிக்குப் போகும் நரம்புகள் நன்கு தூண்டப்படும். அதே நேரம் நல்ல ரிலாக்ஸிங்கும் கிடைக்கும். பொடுகுக்கும் இது நல்ல பலன் தரக் கூடியது. முடி வளர்ச்சிக்கும் உதவும்.

இளநரைக்கு முற்றுப்புள்ளி!

பொதுவாக இளம்பெண்களுக்கு இளநரை ஏற்பட மிக முக்கியக் காரணம் டயட்தான். 'பி' வைட்டமின் குறைபாட்டினால் ஏற்படுவதுதான் இளநரை. மெலனின் குறைவதால்தான் முடியின் நிறமும் மாறுகிறது. இந்த நிலை ஏற்படும் போது டாக்டரின் ஆலோசனை பெற்று சரியான அளவில் 'பி' காம்ப்ளெக்ஸ் எடுத்துக் கொள்ள வேண்டும்.



Show your true color
- Light Brown this season
Exciting range of 6 colors
- change as you desire
New Color
Light Brown
COLOR MATE
COLOR MATE
HAIR COLOR
The unique features of Colour Mate that make it different from other hair colours
• Henna Based
• Long lasting
• Easy to apply
• Enriched with Natural Herbs
• Free from harmful chemicals
• Economical
6 vibrant shades of Natural Black, Natural Brown, Burgundy, Golden Brown, Mahogany & Light Brown* to suit your personality
CHANGE YOUR COLOR, CHANGE YOUR MOOD



தாய்மை வெல்க!
அக்டோபர் 2005

இன்றைய இளம்தாய்கள் குழந்தை பிறப்புப் பற்றி நிறைய அறிந்து வைத்துள்ளார்கள். திட்டமிட்டுக் குழந்தை பிறப்பை எதிர்நோக்குகிறார்கள். சரி, குழந்தை பிறந்த பின் என்னென்ன விஷயங்களில் கருத்தாக இருக்க வேண்டும்? இதைப் பற்றிக் குழந்தை மருத்துவரும் ஆஸ்துமா ஸ்பெஷலிஸ்டுமான டாக்டர் ஆர். ஸ்ரீதரன் சொல்லும் விஷயங்களையும் தெரிந்து கொள்வோமே!

குழந்தையின் முழுமையான உடல் நலம் அது கருவில் இருக்கும் காலம் முதலே கவனிக்கப்பட வேண்டும். கர்ப்பத்தில் இருக்கும் சிசுவின் ஆரோக்கியமான - முழுமையான வளர்ச்சியை உச்சி முதல் உள்ளங்கால் வரை துல்லியமாகத் தெரிந்து கொள்ள அநுபவம் மிகுந்த மருத்துவர் செய்யும் 'ஃபோடெல் அல்ட்ராசவுண்ட்' பரிசோதனை மிகவும் அவசியம். (குழந்தை ஆணா - பெண்ணா என்று அறிந்து கொள்ளும் ஆர்வத்தைத் தவிர்க்கலாமே!)

திறமையான மகப்பேறு மருத்துவரின் கனிவான கவனத்தின் கீழ் உங்களுக்கு ஆரோக்கியமான முழுமையான வளர்ச்சி கூடிய குழந்தை பிறக்கிறது என்று வைத்துக் கொள்வோம். ஆனால்,. அடுத்த சில நிமிடங்கள் மிகவும் முக்கியம் வாய்ந்தது. குழந்தையின் இதயத் துடிப்பு, ஒழுங்கான சுவாசம், சீரான இரத்த ஓட்டம் முழுமையான மூளை வளர்ச்சியை வெளிப்படுத்தும் 'நியூபான் ரிப்ளெக்ஸ்' (அனிச்சை செயல்கள்) இவை அனைத்தையும் அப்கார் ஸ்கோர் (Apgar Score) என்ற அடைமொழியில் அடக்கி குழந்தைக்கு ஒரு மதிப்பெண் கொடுப்பது குழந்தை மருத்துவரின் முதல் கடமை. (குழந்தை நல்ல மார்க் வாங்கணுமே எனும் கவலை தாய்மார்க்கு அப்போதே தொடங்கி விடுகிறது!)

இளம்தாய்க்கு வார்த்தை!



APGAR - A for Appearance (Blue or Pink)

P for Pulse Rate

G for Grimace

A for Active Muscle Tone

R for Respiration

நல்ல ஆரோக்கியமான குழந்தை பிறக்க பிரசவத்தின் போதே குழந்தை நல மருத்துவர் - மகப்பேறு மருத்துவர் இருவரும் ஓர் அணியாகச் செயல்படுவது மிகவும் முக்கியம்.

நல்ல APGAR மதிப்பெண் *(10/10)* பெற்ற குழந்தையின் உடல்நலன் சிறப்பாகத் தொடர்வதற்கு நான்கு முக்கிய



கருவுற்ற காலத்து பற்கள் பாதுகாப்பு

தாய்மை வெல்க! அக்டோபர் 2005

குழந்தை பிறக்கும் போது, வாயில் பற்கள் இருப்பதில்லை. உண்மை என்னவென்றால், கருவுற்ற ஆறாவது வாரத்திலேயே கருவின் முகம் உருவாகிறது. அந்த முகத்தின் தாடையில் உருவாகும் பற்கள்தான், முதன் முதலில் தம் உருவங்களைப் பெறுகின்றன. பின்னர் கால்ஷியம் உப்புச்சத்துக்கள் படிந்து, நாம் அறிகின்ற பற்களாக கடினத் தன்மையைப் பெறுகின்றன. ஆகவே தாயின் வயிற்றில் உள்ள சிசு நல்ல வளர்ச்சி பெறவும், பற்கள் நன்றாக உருவாகவும், தாயின் நலம் மிக முக்கியமாகப் பேணப்பட வேண்டும்.

கருவுற்ற தாய் கருவுற்ற காலத்தில் நல்ல ஊட்டச்சத்தினை பெற சத்தான ஆகாரம் உட்கொள்ள வேண்டும். தனக்கு நோய் வராமல் இருக்க நோய்த் தடுப்பினை ஏற்றுக் கொள்ள வேண்டும். நோய் தடுப்பு ஊசியையும் போட்டுக் கொள்ளலாம்.

தமது உடல் மற்றும் பற்களின் சுகாதாரம் பேணப்பட வேண்டும்.

- டாக்டர். ஜே.ஜி. கண்ணப்பன்

விஷயங்களை தாய்மார்கள் கடைப் பிடிக்க வேண்டும்.

முதல் வார்த்தை : நோ டென்ஷன்!

நம்பிக்கை - மகிழ்ச்சியுடன் குழந்தையை ஆசையுடன் வளர்க்கத் துடிக்கும் தாய் - தந்தையர் பலவிதமான மன அழுத்தங்களினால் பாதிக்கப்பட்டிருந்தால் அது குழந்தையின் உடல்நலத்தைப் பாதிக்கும். மேலும், குழந்தையை நல்ல முறையில் வளர்க்க வேண்டுமே என்ற இறுக்கமான சிந்தனைகள் தரும் சுமையும் குழந்தையின் வளர்ச்சியை பாதிக்கும்.

மன அழுத்தத்தோடு தாய் குழந்தைக்கு பால் கொடுத்தால் - தாயின் உணர்வுகளைப் புரிந்து கொண்ட குழந்தையின் குடல் தசை சுருங்கி அடிக்கடி வாந்தி, பாலை மறுப்பது, தொடர் வயிற்றுவலி, எடை கூடாமல் இருப்பது இப்படிப் பல பிரச்னைகள் ஏற்படும்.

தாயின் டென்ஷன் அதற்குக் காரணமான தந்தையின் டென்ஷன் மற்றும் சுற்றம் - சூழல் டென்ஷன் குழந்தையின் ஆரோக்கியத்திற்கு நல்லதல்ல. மருத்துவ ஆராய்ச்சிகள் வெளிப்படுத்தும் உண்மை இது.

இரண்டாவது வார்த்தை : தாய்ப்பால் போதும்!

குழந்தை - தாய் இருவரது உடல், உள்ளம் இரண்டின் ஆரோக்கியத்திற்கு மிகவும் தேவையானது தாய்ப்பால் அவர்களது பாசப் பிணைப்பிற்கும் இது அவசியம்.

குழந்தைக்கு மிகவும் தேவையான நோய் எதிர்ப்புச்சக்தி கூடியது தாய்ப்பால். எளிதில் ஜீரணமாகும் - உயர்ந்த புரதச் சத்து கூடிய இயல்பான இயற்கையான உணவு தாய்ப்பால்.

தாயின் கர்ப்பப்பை சுருங்கி அதன் இயல்பான அளவுக்கு வருவதற்கும் இது உதவுகிறது..

தாய்ப்பால் போதிய அளவு சுரப்பதற்கு தாய்க்குத் தேவை என்னென்ன?

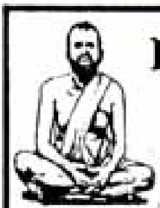
1. நல்ல சத்தான உணவு.

2. நிறைய தண்ணீர் குடிப்பது (இதனால் தாய்ப்பால் நீற்றுப் போகாது!)

3. மன அழுத்தம் இல்லாத மகிழ்ச்சியான குடும்பச் சூழ்நிலை.

பால் அதிகம் சுரக்க பல்வேறு மருந்துகள் எடுப்பது அவசியம் இல்லாதது. அதனால் குழந்தைக்கு அலர்ஜி, வயிற்று வீக்கம், வயிற்று வலி ஏற்படலாம். மனப்பூர்வமாக முயற்சி செய்தும் தாய்ப்பால் கொடுக்க முடியாத தாய்மார்கள் குற்ற உணர்வுக்கு ஆளாகக் கூடாது.

·குழந்தை மருத்துவர் பரிந்துரைக்கும் ஒரு ஃபார்முலா பாலை முறையாக, சுத்தமாகத் தயார் செய்து அன்போடும் ஆசையோடும் கொடுங்கள். குழந்தையின் குடலுக்குக் கெடுதல் செய்யும் பசும்பால



ஸ்ரீ சாரதா சக்தி பீடம்



72, காமராஜ் சாலை, பழைய பெருங்களத்தூர்,
(வழி) தாம்பரம், சென்னை – 63. போன் : 22760612.
City Office No.7,முதல் மாடி, வேலு தெரு, மேற்கு மாம்பலம்,
(அயோத்யா மண்டபம் அருகில்) சென்னை – 33.போன் 23714942.
எமது புதிய கிளை நிறுவனம் : எண். 7, 30வது தெரு, தில்லைகங்கா நகர்,
நங்கநல்லூர், சென்னை – 600 061. போன் : 22333214

ஏழை மாணவர்களுக்கு உதவுங்கள்

பேரன்புடையீர், வணக்கம்!

நம் சக்தி பீடத்தின் சார்பில் கடந்த 17 ஆண்டுகளாக நடைபெற்று வரும் "ஸ்ரீ ராமகிருஷ்ண சேவா குருகுலத்தில்" தாய், தந்தையற்ற, திக்கற்ற மற்றும் வறுமை கோட்டின் கீழ் வாழும் 200 மாணவ மாணவிகளும் தங்கி படித்து வருகின்றனர்.

நாள்தோறும் இறைவழிபாடு, கூட்டு பிரார்த்தனை, பகவத்கீதை பாராயணம் ஆகியவைகளுடன், நல்ல கல்வி, காலை மாலை உடற்பயிற்சி ஆகியவைகள் அளிப்பதுடன், உணவு, உடை, தங்குமிடம் ஆகியவைகளும் இலவசமாக வழங்கப்பட்டு நல்ல முறையில் வளர்ந்து வருகிறார்கள்.

மேலும் பகவான் **ஸ்ரீ ராமகிருஷ்ணர், சுவாமி விவேகானந்தர்** ஆகியோர்களின் உயர்ந்த லட்சியங்கள் போதிக்கப்படுவதுடன், சமுதாய சேவை பயிற்சியும் அளிக்கப்படுகிறது.

இக்குருகுலத்தின் பராமரிப்பு செலவு முழுவதும் நன்கொடையாளர்கள் அளிக்கும் உதவிகள் மூலம் மட்டுமே நடைபெற்று வருகிறது. ஆகவே தாங்கள் இப்புனிதப் பணிக்கு தங்களால் இயன்ற உதவியைச் செய்யும்படி பணிவன்புடன் கேட்டுக் கொள்கிறோம்.

•	காலை சிற்றுண்டி (200 பேருக்கு)	ரூ.	1,000/-
•	மதிய உணவு	ரூ.	2,000/-
•	இரவு சிற்றுண்டி	ரூ.	1,000/-
•	இனிப்பு மற்றும் பால் வழங்குதல்	ரூ.	1,000/-
•	ஒரு மாணவனுக்கு ஓராண்டிற்கு கல்வி உதவித்தொகை	ரூ.	1,000/-
•	ஒரு மாணவனுக்கு பராமரிப்பு செலவு ஓராண்டிற்கு (உணவு, உடை, கல்வி)	ரூ.	12,000/-
•	குருகுலத்தின் ஒரு மாதத்திற்கான பராமரிப்பு செலவு	ரூ.	2,00,000/-

நன்கொடைகளுக்கு 80G பிரிவின்படி வருமானவரி விலக்கு உண்டு.

மேலும் தங்களின் பிறந்த நாள், திருமண நாள், குழந்தைகளின் பிறந்த நாள், தொழில்/வியாபாரம் தொடங்கிய நாள், மற்றும் இதர பண்டிகை நாட்களான தீபாவளி, பொங்கல், கிறிஸ்துமஸ், ரம்ஜான் போன்றவைகளில் மாணவர்களுக்கு சிறப்பு விருந்து ஒன்றை அளித்து அவர்களுடன் மகிழ்ச்சியைப் பகிர்ந்து கொள்ளலாம்.

தாங்கள் அளிக்கும் தொகை எவ்வளவு சிறியதாக இருந்தாலும் அன்புடன் ஏற்றுக்கொள்கிறோம். தங்கள் நன்கொடைகளை **ஸ்ரீ சாரதா சக்தி பீடம்** என்ற பெயருக்கு Cheque / DD / MO மூலம் அனுப்பி வைக்கும்படி பணிவன்புடன் கேட்டுக் கொள்கிறோம்.

இறைவன் தொண்டில்
சுவாமி ஸ்ரீ ஸர்வாத்மானந்தர்
நல்லாசியுடன்

சுவாமி ஸ்ரீ அம்பிகானந்தா

A.ராஜாபக்கிரிசாமி MSc., MEd.,

தயவுசெய்து வேண்டாமே!

ஒரு வயது முடிந்தபின் பசும்பால் தருவதில் தப்பில்லை.

மூன்றாவது வார்த்தை : குழந்தை மருத்துவம்

குழந்தை மருத்துவம் பயின்ற, அனுபவம் கூடிய - மனிதநேயம் கொண்ட குழந்தைநல மருத்துவர் - இளம் தாய்மார்களின் மனஉளைச்சலைப் புரிந்து கொண்டு அவர்களுக்கு ஆறுதலும், நம்பிக்கையும், தெளிவான அறிவுரையும் வழங்கி, வழிநடத்த பெரும்பங்கு புரிகிறார்கள். குழந்தைக்குக் காய்ச்சல் வந்தால்தான் டாக்டரைப் பார்ப்பது என்று இல்லாமல் தொடர் மருத்துவ பரிசீலனைகள் மிகவும் முக்கியம். குழந்தையின் எடை, தலை சுற்றளவு, நீளம், மூளை வளர்ச்சிக்கான வெளிப்பாடுகள், தாயின் மனோபாவம் இவை யாவையும் தெரிந்து கொண்டு இளம்தாய்க்கு மேலும் நம்பிக்கை அளிக்க குழந்தைநல மருத்துவரின் பரிசோதனை முக்கியம்.

அரசாங்கமே பரிந்துரைக்கும் முத்தடுப்பு ஊசி, தட்டம்மை, மீசில்ஸ், மம்ப்ஸ், தடுப்பூசி, போலியோ சொட்டு மருந்து இவையனைத்தையும் உரிய காலத்தில் இந்தியன் அகாடமி ஆஃப் பீட்யாட்ரிக்ஸ் அட்டவணைப்படி போட வேண்டும்.

இது தவிர, மஞ்சள்காமாலை ஏ பி (ஏ- உணவு, நீர் மூலம் பரவுவது, பி - இரத்தத்தின் மூலம் பரவுவது) டைபாய்டு - மூளைக்காய்ச்சல், சின்னம்மை இவை அனைத்துக்குமான தடுப்பூசிகள் கட்டாயமாகப் போட வேண்டும். சிலர் ஏதோ பரீட்சையில் சில கேள்விகளை சாய்ஸ் ஸில் விட்டு விடுவதைப் போல இந்த ஊசிகள் ஆப்ஷனல் என்று விட்டு விடுகிறார்கள். அப்படி போடத் தவறி விட்டால் குழந்தைக்கு உள்ள ஒரே ஆப்ஷன் - மோசமான ஆப்ஷன், அந்த நோய் கண்டு கஷ்டப்படுவது, அதன் பல்வேறு நாள்பட்ட பாதிப்புகளுக்கு உள்ளாவது - சில சமயம் தவிர்க்கப்படக்கூடிய மரணங்கள் நிகழ்வது உள்பட பலவாகும்.

அதே போல் குழந்தை மருத்துவத்தில் சிறிதும் அனுபவம் இல்லாத மருத்துவர்களிடம் காட்டி சிகிச்சை பெறுவது என்பது ஆபத்தான அணுகுமுறை. பல நாட்கள், மாதங்கள் பலன் தராத சிகிச்சைக்குப் பின் நோய் முற்றிய நிலையில் குழந்தை மருத்துவரிடமோ, குழந்தை நல சிறப்பு மருத்துவமனைக்கோ வரும் குழந்தைகளின் அவலநிலை. இளம்தாய்மார்களுக்கு இது பற்றிய விழிப்புணர்வு வேண்டும்.

நான்காவது வார்த்தை : குடும்பச் சூழ்நிலை!

குழந்தை மகிழ்ச்சியாக, ஆரோக்கியமாக வளரத் தேவையானது - ஆனால் இப்போது மிகவும் அபூர்வமாக மட்டுமே அமையக்கூடிய, இறுக்கம் இல்லாத, அமைதியும் அன்பும் நல்ல புரிதல் நிலை கூடிய பாசவலையில் பின்னப்பட்ட தாய், தந்தை, பாட்டி-தாத்தா அத்தை, மாமா என்று போட்டி போட்டுக் கொண்டு குழந்தையிடம் அன்பு காட்டும் - கூட்டுக் குடும்பம்.

(சிறிது காலத்தில் தமிழ் அகராதியி லிருந்து மறையப் போகும் ஒரு வார்த்தை, கூட்டுக் குடும்பம்).

- டாக்டர். ஆர். ஸ்ரீதரன்

ஸ்டேப்ளர் பின் வேண்டாமே!

கொலுவிற்கு வருபவர்களுக்கு சுண்டல் பிளாஸ்டிக் கவரில் கொடுக்கும் பொழுது, எக்காரணம் கொண்டும் ஸ்டேப்ளர் பின் செய்யாதீர்கள். குழந்தைகள் அவசரத்தில் பிரிக்கும் போது பின் கலந்து விட்டால் தெரியாது. அதனால் செலோடேப் (அ) ரப்பர் பேண்ட் போட்டுக் கொடுக்கவும். - துர்கா பாலகிருஷ்ணன்.



இனி யாரை கோபித்துக் கொண்டு என்ன பண்ண முடியும்? சிவசங்கர் கையில் இனி எதுவும் இல்லை. விதி போகும் போக்கில் போக வேண்டியது தான்.

பூவைப் போன்ற பெண் கர்ப்பவதி ஆகி விட்டாள். அழுது அழுது உடம்பைக் கெடுத்துக் கொண்டாள். ஒவ்வொரு கணமும் மரணத்தை எதிர்நோக்கிக் கொண்டிருந்தாள்.

துரதிர்ஷ்டம் என்ற குற்றத்தை விட பெரிய குற்றம் உலகத்தில் இல்லை என்பதை எப்படி அவள் அறிவாள்? அதீந்திரனாலும் கொஞ்ச நாட்களாக பூர்ணிமாவைச் சென்று பார்க்க முடிவதில்லை. தாயின் உடல்நலம் மோசமான நிலையில் இருந்ததால், தாயை அழைத்துக் கொண்டு ஒரு மாறுதலுக்காக வெளியூர் போக வேண்டியிருந்தது அதீந்திரனுக்கு. கடிதம் எழுத முடியாமல் தவித்தான்.

முட்டாள்தனம்... முட்டாள்தனம்! ஆரம்பத்திலிருந்தே முட்டாள்தனம். கடிதம் எழுதினால், அது சிவசங்கரின் கையில் கிடைத்தால், அவர் கோபித்துக் கொள்வார் என்ற பயத்தினாலேயே பேசாமலிருந்தான் அதீந்திரன். அதீந்திரனைப் பற்றிய எந்தச் செய்தியும் கிடைக்காமல் முழுதாக இரண்டு மாதங்களை எப்படிக் கழிப்பாள்? தந்தை பூர்ணிமாவை வெறுத்தால்? இப்படி நினைத்து நினைத்து அதீந்திரன் தவித்தான். சங்கடப்பட்டான்.

காலண்டரின் ஒவ்வொரு பகுதியிலும் ஒவ்வொரு நாளையும் கணக்குப் பண்ணிக் கொண்டிருந்தான். நாட்கள் எண்ணிக் கொண்டிருந்தான். இன்னும் கொஞ்ச நாட்கள்தான். தன் கால்களில் தான் நிற்க வேண்டும்.

இதுதான் சங்கல்பமாக இருந்தது அவனுக்கு. கல்கத்தாவுக்கு வெளியில், வங்காள தேசத்துக்கு வெளியிலே ஒரு நல்ல இடத்தில் தன்னைத்தானே ஸ்திரப்படுத்திக் கொண்டு அங்கே பூர்ணிமாவை அழைத்துக் கொண்டு போக வேண்டும்.

அன்பான பூர்ணிமா, சுமங்கலி பூர்ணிமா, காதலினால் பெருமைப்படும் பூர்ணிமா, அந்தச் சிறுமி, புதிய குடும்பத்தின் நடுவே அழகாலும், தன் ரசனையினாலும், தவிப்பினாலும், ஜொலிப்பாள்.

நினைத்துப் பார்க்கும்போதே அதீந்திரனின் முகத்தில் சிரிப்பு வந்தது. கொஞ்சம் கொஞ்சமாக இன்னும் உறுதியான உறவில் கட்டுப்பட்டு விடுவார்கள் அவர்கள்.

வெளியூர்களுக்குத் தாயை அழைத்துப் போகும்போதே இங்குமங்கும் அலைந்து அலைந்து எங்காவது தன்னை ஸ்திரப் படுத்திக் கொள்ள முடியுமா என்று பார்த்தான்.

இரண்டு மாதங்கள்!

காசி, பிருந்தாவன், ஹரித்வார், லக்னோ, தில்லி இங்கெல்லாம் பத்து பத்து நாட்கள் இருக்க இருக்க நாட்கள் வேகமாக ஓடியே போயின. அந்த இரண்டு மாதங்கள், பூர்ணிமாவின் வாழ்க்கையில் இருநூறு வருஷங்களை சாட்டையடியாக அடித்து சுக்குநூறாக்கியது. இதையெல்லாம் உலக அனுபவம் இல்லாத அந்த மூட இளைஞன் புரிந்து கொள்ளவே யில்லை.

சிவசங்கருக்கே நேரில் ஒரு கடிதம் போட்டுத் தன்னைப் பற்றிய செய்தியை, தெரிவித்திருந்தால் சரித்திரமே மாறிப் போயிருக்கும்.

ஜதீந்திரரின் பொய் சாமர்த்தியம் கையும், களவுமாகப் பிடிபட்டிருக்கும். அதீந்திரன் என்னும் இளைஞனைப் பற்றிய மட்டமான அபிப்ராயமே மாறிப் போயிருக்கும். வெறுப்பு என்னும் நெருப்பு தீவிரமாக, பயங்கரமாக எரிந்து எல்லாரையும் எரித்திருக்காது. பூர்ணிமா, சிவசங்கரின் மனதில் இருந்த இருள் நீங்கியிருக்கும்.

மற்ற பெரிய மனிதர்கள் வீட்டுப் பிள்ளைகளைப் போலவே அதீந்திரன் ஒரு சாதாரண, எளிய, கபடமில்லாத கிராமத்துப் பெண்ணின் வாழ்க்கையில் விளையாடி விட்டு, அதற்கான விளைவுகள் ஏற்றுக் கொள்ள முடியாமல் எதிர்நோக்க முடியாமல், கபடத்தனமாக விலகிக் கொண்டு விட்டான் என்றே சிவசங்கர் நினைத்தார். அப்படி ஒரு சூழ்நிலையை அதீந்திரனின் தந்தை தந்திரமாக ஏற்பாடு செய்து விட்டிருந்தார். சிவசங்கர் தன்னைச் சந்திக்க வருவதாக கடிதம் எழுதித் தெரிவித்தவுடனே மாற்று ஏற்பாடுகளை மகனுக்குத் தெரியாமலேயே செய்து

7

தேன் நிலவு

வங்க மூலக்கதை : ஆஷா பூர்ணாதேவி

தமிழாக்கம் : புவனா நடராஜன்





கொலுவில் தசாவதாரம்!

நவராத்திரியில் கொலு வைக்கும்போது தசாவதாரம் பொம்மைகள் எந்த வரிசையில் வைப்பது என்ற குழப்பம் வரும். அதைத் தவிர்க்க பொம்மையின் பின் ஒன்று, இரண்டு என்று எண்களை சிறிய அளவில் எழுதினால் சரியாக வைக்கலாம். வரிசைப்படி இதோ: மத்ஸ்ய (மீன்), கூர்ம (ஆமை), வராக (பன்றி), நரசிம்ம (சிம்மம் மனிதன்), வாமன (சிறுவன்), பரசுராம (கோடாரி கையில் இருக்கும்), ராமர்(பச்சை நிறம்), பலராமர் (ஏர்), கிருஷ்ணர்(நீல நிறம்), கல்கி(வெள்ளைக் குதிரையில் கையில் கத்தியுடன்)

- கே.ஆர். விஜயராகவன்

முடித்து விட்டார். பூர்ணிமாவையும், சிவசங்கரையும் வீட்டின் உள்ளே கூட அழைக்கவில்லை.

ஹாட்கோலாவின் ஜதீன் ராய், சிவசங்கரின் தந்தையின் சிஷ்யராக இருந்தவர். அந்த விஷயத்தை அவர் மறுக்கவில்லை. பூர்ணிமாவை ஒருமுறை நிமிர்ந்து பார்த்து விட்டு, குரூரமாக ஒரு சிரிப்புச் சிரித்தபடி, சிவசங்கரிடம், "இதோ பாருங்கள், இந்த இடத்தில் உங்களைத் தவிர வேறு யார் இருந்திருந்தாலும், தர்வானை விட்டுக் கழுத்தைப் பிடித்துத் தள்ளச் சொல்லி, வீட்டை விட்டு வெளியே தள்ளுவேன். ஆனால், நீங்கள் என் தந்தையின் குருவின் பிள்ளை. அதனால் அந்த அவமானத்தை உங்களுக்கு நான் செய்யவில்லை. இருந்தாலும் தெரிந்து வைத்துக் கொள்ளுங்கள், இதற்குப் பிறகு இங்கே வந்து இது மாதிரி அதிசாமர்த்தியப் பேச்செல்லாம் வைத்துக் கொண்டால், குருவின் பிள்ளை என்றும் பார்க்க மாட்டேன்" என்றார்.

இதற்குப் பிறகும் சிவசங்கர் அவரிடம் பேசினார். கல்லைப் போல சலனமில்லாமல் நின்றபடி, "நல்லது. உங்களுடைய பிள்ளையை ஒருமுறை கூப்பிடுங்கள். ஒருமுறை அவன் முன்னாலேயே இந்தப் பேச்சையெல்லாம் பேசுங்கள். அவன் என்ன சொல்லுகிறான் என்பதைக் கேட்டுத் தெரிந்து கொண்ட பிறகு விடை பெற்றுக் கொள்கிறேன்."

பிள்ளை வீட்டில் இல்லை. ஊரில் இல்லை. வெளியூருக்குப் போயிருக்கிறான் என்கிற விஷயத்தை, சிவசங்கரிடம் தெரிவிக்காமல், ஒரு கோணல் சிரிப்பு சிரித்தபடி, "என் பிள்ளை பைத்தியம் இல்லை... அதை மட்டும் தெரிந்து வைத்துக் கொள்ளுங்கள்" என்றார்.

"அப்படியென்றால் பார்க்க முடியாதா?"

"முடியாது."

"நான் அவனை வேறு எங்காவது சந்தித்துப் பேச முயன்றால்...?"

"முயற்சி செய்து பாருங்கள்... ஆனால் ஒன்றை மட்டும் தெரிந்து வைத்துக் கொள்ளுங்கள். அவனுடைய திருமணத்திற்கான ஏற்பாடுகள் நடந்து வருகின்றன... அதற்கு அவன் மறுப்புச் சொல்லவில்லை."

சிவசங்கருக்கு இந்தச் செய்தி இடி இறங்கியது போலிருந்தது. அவரால் இவ்விஷயத்தை நம்பவும் முடியவில்லை, நம்பாமலும் இருக்க முடியவில்லை.

அதற்குப் பிறகு வாழ்க்கை என்னும் வண்டியின் சக்கரங்கள் சில காலம் ஓப்படியும், அப்படியுமாகத்தான் ஓடியது. உண்மையைத் தவிர வேறு எதுவுமே பேசத் தெரியாத சிவசங்கர், பொய்யிடம் புகலிடம் தேடினார். பெண்ணை அழைத்துக் கொண்டு காசிக்குச் சென்றார். ஊரிலுள்ளவர்களிடம் காசியிலிருந்து பெண்ணுக்கு நல்ல சம்பந்தம் தேடி வந்திருக்கிறது. பெண்ணை அழைத்துக் கொண்டு போய் அவர்களிடம் காட்ட வேண்டும் என்று முதல் முறையாகப் பொய் சொன்னார்.

பலமுறை, மனதை சமாதானப்படுத்த முயற்சி செய்தார் சிவசங்கர். பெண்ணின் கணவனைத் தேடித்தானே சிவசங்கர் போகிறார். அவர் சொன்னதில் பொய் யில்லையே. அக்கம்பக்கத்திலிருப்பவர்கள்,

"ஐயா பெண்ணுக்கு மாப்பிள்ளை பார்க்க காசிக்குப் போகிறார்'' என்று பேசிக் கொள்ள ஆரம்பித்தார்கள்.

காசியின் ஒரு கோடியிலிருந்து இன்னொரு கோடி வரை. ஒரு தெரு, சந்து பொந்து விடாமல் ஒரு மூலை முடுக்கு விடாமல்... சிவசங்கரின் பார்வையிலிருந்து, கூர்மையான, கடுமையான, கவலையும், துக்கமும் நிறைந்த பார்வையிலிருந்து காசியின் ஒரு சிறிய இடமும் தப்பவில்லை.

ஆனால் எங்கே அதீந்திரன்?

அவன் வட இந்தியாவின் இன்னொரு பகுதியில் பயணம் செய்து கொண்டிருந்தான். பிறகு ஒருநாள் வீடு திரும்பினான். அதற்குப் பிறகு குளிர் - வஸந்த - கோடை காலங்கள் கழிந்தன. நாட்கள் கழிந்தன.

பூர்ணிமா?

வெகுகாலத்திற்கு அவளுக்கு எதுவுமே புரியவில்லை. ஆச்சர்யமான கேள்விகளைக் கேட்டு, கேட்டு உடலும் உள்ளமும் க்ஷீணமடைந்து, சுக்குநூறாக உடைந்து தெறித்துப் போயிற்று. கடைசியில் அதீந்திரன் என்ற பெயருள்ள ஒரு மனிதனை இருண்ட இடமாக இருந்த கண்களின் மறைவிலிருந்து வெளியே தள்ளி விட்டாள்.

ஒருநாள் ஆலோவும் பிறந்து விட்டாள். பூர்ணிமா அழுது கொண்டே, "இத்தனை கஷ்டம், இத்தனை வேதனைகளுக்கும் பிறகு கடைசியில் ஒரு பெண் குழந்தையல்லவா வந்து பிறந்திருக்கிறது. அது பிறக்கும் போதே நான் இறந்து போயிருக்கக் கூடாதா அப்பா? இந்த உலகில் எத்தனையோ பேர் இறந்து போயிருக்கிறார்களே?" என்று கதறினாள்.

''ஆம், செத்துப் போகிறார்கள்... ஆனால் ஒரு அனாதரவான, துணையே இல்லாத கபடமற்ற இந்தக் குழந்தையை இந்த உலகில் போட்டு விட்டு செத்துப் போய் நீ உன்னைக் காப்பாற்றிக் கொள்ள வேண்டுமா? நீ தாயாகி இப்படியா ஆசைப்பட வேண்டும்? உன் குழந்தையும் நாளைக்கு உன்னைப் போல துக்கத்தில் மூழ்கி, அனாதரவாக இருக்க வேண்டுமென்றா நீ விரும்புகிறாய்?'' சிவசங்கர் பூர்ணிமாவை கேள்விகளால் துளைத்தார்.

ஆலோவுக்கு ஐந்தாறு வயது ஆகும் வரை காசியிலேயே இருந்து கொண்டிருந்தார்கள். பிறகு திடீரென்று சிவசங்கரின் மனது மாறி விட்டது. எஞ்சிய வாழ்க்கையை காசியிலேயே கழித்து விடலாம் என்ற பழைய தீர்மானத்தைத் தள்ளி விட்டு இருவரும் ஊருக்குத் திரும்பினார்கள்.

திரும்பியவுடனேயே, அக்கம் பக்கத்திலிருந்த நான்கு கௌரவமான மனிதர்களிடம், பெரியவர்களிடம், பெண்ணுக்கு காசியிலேயே மாப்பிள்ளை பார்த்து திருமணம் முடித்ததாகவும், மாப்பிள்ளை சரியில்லாததால் தன் பெண் இல்வாழ்விலிருந்து வஞ்சிக்கப்பட்டு விட்டாள் என்றும் முறையிட்டார்.

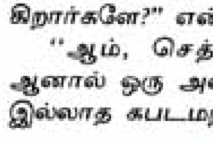
பெரிய ஆழமான பிரச்னை!

'சிவசங்கர் என்ன இப்படிச் செய்து விட்டார்?' ஊர் மக்கள் மனதில் சலசலப்பு. சிவசங்கர் ஊரில் இல்லாதது குறித்து யாரும் சந்தேகப்படவில்லை. ஊரிலிருந்து காசிக்குப் போனவர்கள் யார் யாரோ சிவசங்கர் அங்கே சமஸ்கிருத பாடம் சொல்லிக் கொடுத்துக் கொண்டிருப்பதை நேரில் பார்த்திருக்கிறார்களே.

பணத்திற்காக, பண்டிதர்கள், உபாத்யாயம் செய்தவர்கள், பல ஊர்களுக்கும் போய் வருவது சகஜம்தானே? இதில் வேறு மாதிரியாகப் பேச என்ன இருக்கிறது?'

பெண்ணின் கல்யாணத்தைக் காசியிலேயே செய்திருக்கலாம். யாருக்குத் தெரியும்? மாப்பிள்ளை காசியில்தான்

உன் கடமை!



✞ பெற்ற தாயை நோக்கி, ''ஏன் பெற்றாய்?'' என்று கேட்கிறவனுக்கு எந்த வகையிலும் மன்னிப்பு இல்லை.

✞ இந்த உலக வாழ்வினை நமக்களித்த தகப்பனையும் தாயையும் கனம் பண்ணுகிறவன் உயர்கிறான்.

தகவல் : **செல்வி கனகப்பன்**


Gurunathar Charanam
PRASHANTI
HOUSE OF SILK COTTONS
புஷ்பை : பூஜயாமி
பாரிஜாதம், தாமரை, சம்பங்கி, கனகாம்பரம்,
மரிக்கொழுந்து, நீலோத்பலம், வாடாமல்லி.......
பிரசாந்தியில் மலர்ந்த புதிய வண்ணமலர்
படைப்புக்களுடன்
இந்த விழாக் காலத்தைக் கொண்டாடுங்கள் !!!
இயற்கையோடு ஒன்றிய சில்க் காட்டன் ... அது
பிரசாந்தியின் இணையற்ற சில்க் காட்டன் !!!
சில்க் காட்டன் என்றாலே பிரசாந்தி !!!
FESTIVE SALE !!!
@
BANGALAORE
30th Sep., 1st, 2nd & 3rd Oct. 2005
No.42, 8th Main, 13th Cross
Malleswaram, Bangalore - 560 055
Mob.: 98861 85951
10 a.m. to 8 p.m.
COIMBATORE
14th, 15th & 16th Oct. 2005
Coonoor Hall, 1st Floor, Nilgiris Nest
739A, Avinashi Road, Coimbatore
Ph: 2231 787 / 797 / 656
10 a.m. to 8 p.m.
PRASHANTI
No.16, 8th Cross Street
C.I.T. Colony
(Behind Chettiar Hall)
Mylapore, Chennai - 600 004
Tel.: 2499 1850 / 7636
10 a.m. to 7 p.m.
Sundays Working till Deepavali
PRASHANTI'S PARIPURNA
No.52, 4th Main, 17th Cross
Malleswaram
Bangalore - 560 055
Tel.: 2334 1632. Mob.: 98861 85951
10 a.m. to 7 p.m.
ALL MASTER, VISA CARDS ACCEPTED

இருக்கிறார் போலிருக்கிறது என்று பேசிக் கொண்டார்கள். இருக்கும் ஒரே பெண்ணையும் அங்கே விட்டு விட்டு, அவர் ஏன் ஊருக்குத் திரும்பி வர வேண்டும்?

ஆனால் இத்தனை நாட்களுக்குப் பிறகு அவர் ஊருக்குத் திரும்பி வந்திருக்கிறாரே?

கூடவே பெண்ணும், ஒரு சின்னப் பெண் குழந்தையும்?!

கூட்டிக் கணக்குப் போட யாருக்கும் அதிக நேரம் தேவையாக இருக்கவில்லை. கணக்குப் போட என்ன இருக்கிறது? எத்தனையோ பெண்களின் கதையைப் போலத்தானே இதுவும். வேறு எப்படி இருக்க முடியும்?

சகல சாஸ்திரங்களையும் சிவசங்கரிடமிருந்து படித்திருந்த பூர்ணிமா, 'நித்ய குமாரி' விரதம் பூண்டு, தகப்பனாருக்கு சேவை செய்வேன் என்று சபதம் பூண்டு, உழைத்துக் கொண்டிருந்ததை ஊர் மக்கள் அத்தனை பேரும் அறிவார்கள்.

ஆலோ பிறந்திருக்காவிட்டால், உலகத்தின் முன்னால் இதுபோல தலைகுனிந்து போயிருக்காது. பூர்ணிமாவின் தலையும் சிவசங்கரின் முன்னால் தாழ்ந்து போயிருக்க முடியாது.

பூர்ணிமாவின் தவற்றை அசட்டுத்தனத்தை, 'ஆலோ'தானே, வெளியுலகுக்கு எடுத்துக்காட்டி விட்டாள். பூர்ணிமா எத்தனை அடி முட்டாள்? பூர்ணிமா எத்தனை அப்பாவி! பூர்ணிமா எத்தனை பொய்யானவள்? சிவசங்கர் அதீந்திரன் இனி பூர்ணிமாவை சந்திக்கக் கூடாது என்று கட்டளையிட்டிருந்தார். பேசாமல் இருந்தார். சந்தேகப்படவேயில்லை. ;தன் ஆணையை தான் வளர்த்த பெண் வெகு சாதாரணமாக ஒதுக்கித் தள்ளி, மீறி விடக்கூடும் என்று அவர் நினைத்துப் பார்க்கவே இல்லை. பூர்ணிமா, குருஸ்தானத்தில் இருந்த தன் தந்தையின் கௌரவத்தைப் புழுதியில் போட்டுத் தேய்த்து விட்டாள். தன் கௌரவத்தையும் இழந்து நின்றாள் அந்தப் பேதைப் பெண். அந்த அபராதத்துக்குத் தண்டனையாக பல ஹீனத்தின் சாட்சியாக, பிராமண பத்திரத்தைச் சுமந்து கொண்டு ஆலோ உலகத்தில் வந்து சேர்ந்தாள்.

(நிலவு வளரும்)

இம்மாத இல்லத்தரசி

சமையல் கூப்பன்

பொருள் : பிஸ்கெட்டைப் பயன்படுத்தி... கடைசி தேதி : 20.10.2005

என்ற தலைப்பில் சமையல் குறிப்பை இதனுடன் அனுப்பியுள்ளேன். இச் சமையல் குறிப்பு இதுவரை எந்தப் பத்திரிகையிலும் வெளியானதல்ல என்று உறுதி கூறுகிறேன்.

கையொப்பம்

ஆத்ரேயா

★ Readymade Blouses



★ Petticoats ★ Nighties

2 Piece Nighties for 10 to 14 years

"இயற்கையின் அழகைக்கூட மிஞ்சும் செயற்கை அழகை ஆத்ரேயா ரவிக்கைகள் மட்டுமே செய்து காட்டும்"

ஆத்ரேயா ரெடிமேட் ரவிக்கைகள்
ஆத்ரேயா பெட்டிகோட்ஸ்
ஆத்ரேயா நைட்டீஸ்
ஆத்ரேயா 2 பீஸ் நைட்டீஸ்
ஆத்ரேயா T-ஷர்ட்ஸ்
ஆத்ரேயா உள் ஆடைகள்

வாருங்கள்! அணியுங்கள்!!
ஜொலியுங்கள்!!!

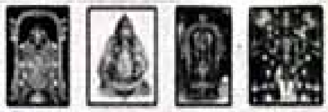
தீபாவளியை முன்னிட்டு அக்டோபர் மாதம் முழுவதும் ஞாயிறு கடை உண்டு.

Athreya

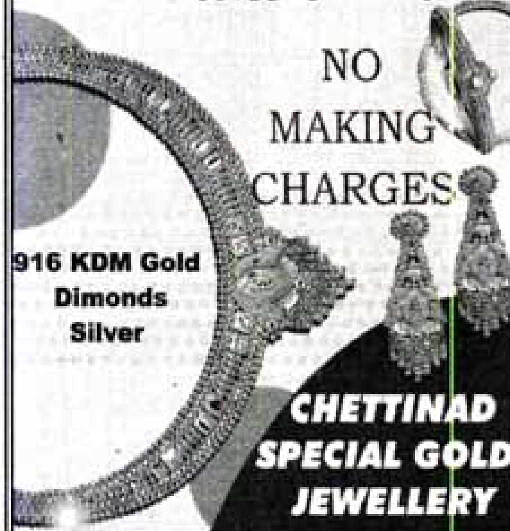
No.1, Jambulingam Street, (Valluvar Kottam High Road),
Nungambakkam, Chennai - 600 034.
☎ 28226586 Fax : 091-044-25360076
E-mail : raj@oceanload.com

SINGAPORE	:	MUSTAFFA
UAE	:	LULU CENTRE
KARAIKAL	:	EVE'S PARK, BARATHIYAR STREET
THANJAVUR	:	LATHA. PH : 240836
NANGANALLUR	:	CHARY'S STORE, CHENNAI-61. ✆ 55298033

CHARY'S. 044-22240710



Sre M.M. Meyyappa jewellery A/C



NO MAKING CHARGES

916 KDM Gold
Dimonds
Silver

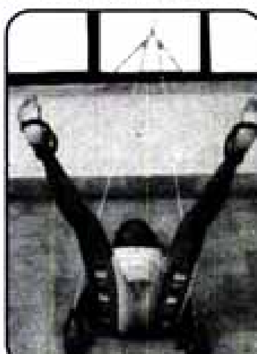
CHETTINAD SPECIAL GOLD JEWELLERY

Birth Stones • Gift articels • Chits

Jain Plaza 1st Floor, 63 Thyagaraya Road
Pondy Bazaar (Hotel Saravana Bhavan)
T.Nagar Chennai-17 Ph 24362916

HOME GYM ROPE

LOSE WEIGHT NOW



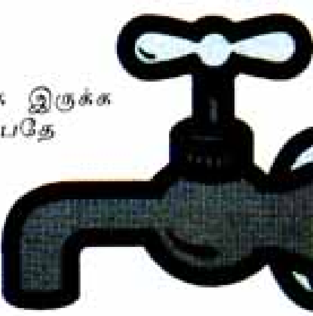
REDUCE TUMMY & REDUCE WEIGHT RELIEF FROM KNEE PAIN & BACK PAIN

உடல் பருமனை குறைக்க
தொப்பை குறைக்க

Contact

ROYAL TELESHOPPING

Ph: 2472 6001 / 2472 6003
Mobile: 9382191408



தண்ணீர் சிக்கனம்

தண்ணீர் சிக்கனத்திற்கு வாசகிகள் எழுதிக் குவித்து விட்டனர். பொதுவாக எல்லோரும் எழுதியிருந்தது அரிசி கழுவும் தண்ணீரில் காய்கறிகள் அலம்புவதும், அந்தத் தண்ணீரைக் கீழே கொட்டாமல் தேய்க்க வேண்டிய பாத்திரங்களில் ஊற்றி ஊறவைக்கலாம் என்றும் செடிகளுக்கு ஊற்றப் பயன்படுத்தலாம் என்றும் குறிப்பிட்டிருந்தனர். அதே போல் துணி துவைத்து அலசும் முதல், இரண்டாம் தண்ணீரை வீடு கழுவ, பாத்ரூம், டாய்லெட்டுக்கு உபயோகிக்க எடுத்துக் கொள்ளலாம் என்றும் எழுதியிருந்தனர். மொத்தத்தில் தூத்துக்குடி வாசகி ஏ. சுப்புலட்சுமி அகஸ்தீஸ்வரன் குறிப்பிட்டிருந்தபடி 'தட்டுப்பாடு' என்று வரும் பொழுது நம் பெண்கள் அழகாகச் சமாளித்து விடுவார்கள். அது தண்ணீராக இருந்தாலும் சரி, பணமாக இருந்தாலும் சரி! உண்மைதான் என்பது வாசகிகள் எழுதிக் குவித்த சிக்கன நடவடிக்கைகளே சாட்சி! இதில் பொதுவாகக் கடைப் பிடிக்கும் வழிமுறைகளை தவிர வித்தியாசமான யோசனைகளை மட்டும் இங்கு பிரசுரிக்கிறோம்.

அனைத்து வாசகிகளும் எழுதிய இன்னொரு யோசனை, பொதுவாக பைப்பை நேரடியாக திறந்து விட்டு உபயோகிப்பதை விட ஒரு பக்கெட்டிலோ, மக்கிலோ பிடித்து எடுத்துக் கொண்டு தண்ணீரை உபயோகித்தால், சிக்கனமாகச் செலவழிக்கப்படுவதோடு பைப்பின் வாஷரும் நீண்ட நாள் உழைக்கும் என்பதுதான்.

சரி, இந்த யோசனைகள் எல்லாம் வெறும் ஏட்டுச் சுரைக்காயாக இல்லாமல் அனைவரும் தங்கள் இல்லங்களில் கடைப்பிடித்து 'தண்ணீர்' சேவைக்கு முன்னோடியாக இருக்க வேண்டும் என்பதே நம்முடைய விருப்பமும், எண்ணமும்! செயலாக்குவது பெண்களாகிய நம் கையில் தான்! சரி தானே, சகோதரிகளே!

சமீபத்தில் மலேசியா சுற்றுப் பிரயாணம் செய்த போது ஒரு ஹோட்டலில் தங்கியிருந்தேன். இப்போது அங்கு தண்ணீருக்குத் தட்டுப்பாடு இல்லாவிட்டாலும், அங்கு குளியலறையில் நான் கண்ட அறிவிப்பு :

1. "பல் தேய்க்கும் போது அல்லது முகம் கழுவும் போது அல்லது ஷேவ் பண்ணும் போது பைப் திறந்து இருந்தால், சுமார் 60 லிட்டர் தண்ணீர் செலவழிகிறது. ஆனால் ஒரு மக்கில் தண்ணீர் பிடித்து உபயோகித்தால் அரை லிட்டர் - 1 லிட்டர் தண்ணீர்தான் செலவழிகிறது" என்று.

2. டாய்லெட் ஃப்ளஷில் இரண்டு பட்டன் இருந்தது. ஒன்று பாதி - சிறுநீர் கழித்த பின் உபயோகிப்பதற்கு. இன்னொன்று ஃபுல் - புரிந்திருக்குமே!

வருங்கால சந்ததிகளுக்காக அவர்கள் எடுத்துக் கொள்ளும் அக்கறையில் நாம் இதையாவது பின்பற்றலாமே!

- வி. சகுந்தா, கோயமுத்தூர்.

நிறைய வீடுகளில் பார்த்து, வேதனைப்பட்டு எழுதுகிறேன். அநேக



அடுத்த சிக்கனம் எது?



என் உறவினர்கள், நண்பர்கள் அனைவருமே தொலைபேசியில் சிக்னல் தான் கொடுத்துக் கொள்வோம். வீட்டைவிட்டு கிளம்பினால் இரண்டு ரிங், வீட்டுக்குப் போய்ச் சேர்ந்து விட்டால் மூன்று ரிங், ரெடி - வா என்று கூப்பிட நான்கு ரிங் என்று பேசி வைத்துக் கொண்டு தொலைபேசியில் கூப்பிடுவோம். தேவை ஏற்பட்டால் பேசுவோம். போய் சேர்ந்தது, வந்து சேர்ந்தது, ரயிலில், பஸ்ஸில் ஏறிவிட்டது இதற்கெல்லாம் மிஸ்டு கால்ஸ் தான். காலர் ஐடி இருந்துவிட்டால் பிரச்னையே இல்லை.

- ஜே. ஸ்வேதா

பாக, குடிநீரை விலைக்குத்தான் வாங்குகிறோம். விருந்தினர்களுக்கு/வீட்டில் கேட்பவர்களுக்கு தம்ளர் நிறைய நீர் ஊற்றித் தருகிறார்கள். எல்லோருமே முழுவதையும் குடிப்பதில்லை. மீதமுள்ள நீர் வீணாக்கப்படுகிறது. சின்ன தம்ளர்களை உபயோகிக்கலாமே... அல்லது தம்ளர்களில் பாதியளவு நீர் வைத்தால் தவறில்லையே...

- என். கோமதி, நெல்லை - 7/ராஜம் ராமன், கொல்கத்தா.

குளிக்கும் போது பக்கெட் அல்லது தொட்டியைப் பயன்படுத்தவும். ஷவருக்கு அடியில் 5 நிமிடங்கள் தொடர்ந்து குளித்தால் 50 லிட்டர் தண்ணீர் செலவாகும்.

ஒரு சராசரி ஃப்ளஷ் டாங்க் 15 லிட்டர் தண்ணீர் கொள்ளளவு உடையது. ஒருமுறை ஃப்ளஷ் செய்யும் போது 10 லிட்டர் தண்ணீர் செலவாகும். எனவே, தண்ணீரை மிச்சம் பிடிக்க பக்கெட்டைப் பயன்படுத்தலாம்.

பாத்திரம் சுத்தம் செய்யும் போது குழாயின் கீழ் பாத்திரங்களை மூன்று வேளை துலக்கினால் சுமார் 90 லிட்டர் தண்ணீர் ஒருநாளைக்குச் செலவாகும். அதுவே பக்கெட்டில் தண்ணீர் நிரப்பி அதன் பிறகு துலக்கினால் ஒருமுறைக்கு 15 லிட்டர் மட்டுமே போதுமானது.

பழங்கள், காய்கறிகள் கழுவும் போது பாத்திரத்தில் தண்ணீர் ஊற்றிக் கழுவவும். நேராக குழாயில் கழுவினால் தண்ணீர் அதிகம் செலவாகும்.

வீடு கட்டும் போது மழை நீர் சேமிப்

புத் திட்டத்தில் கவனம் செலுத்தவும்.

வீட்டில் குழந்தைகள் மற்றும் கணவரிடமும் தண்ணீர் விஷயத்தில் கண்டிப்புடன் நடந்து கொள்ளுங்கள். உங்கள் தோழி மற்றும் அக்கம் பக்கத்தினருக்கும் தண்ணீர் சிக்கனம் எவ்வளவு அவசியமானது என்று எடுத்துச் சொல்லுங்கள்.

- ஷைலஜா பாலமுருகன், சிக்மகளூர்.

துணி அலசிய நீரில் சிறிது படிகாரத்தைப் போட்டு வைத்தால், அழுக்குகள் அடியில் தங்கி, மேலே தண்ணீர் தெளிவாகும். அந்தத் தண்ணீரை வீடு கழுவ, பாத்ரூம் கழுவ, என்று பலவிதங்களில் உபயோகப்படுத்தலாம்.

- வி. விஜயவாணி, கோயமுத்தூர்.

வீட்டின் எல்லா இடங்களிலும் சிறிய குழாய்களை (½ இன்ச் பைப்) போடுங்கள். தண்ணீர் தடதடவென்று கொட்டாது.

பாத்திரம் துலக்க கிளீனிங் சோப்புகளைப் பயன்படுத்தவும். பவுடர் உபயோகித்தால் நீர் அதிகம் செலவாகும்.

- ஆர். கவிதா

குக்கர் பாத்திரத்தில் வைக்கும் தண்ணீரை கீழே கொட்டி விடாமல், சூடான அந்தத் தண்ணீரில், உப்பு சிறிதளவு போட்டு, கை, கால்களை நனைத்து (வெதுவெதுப்பான நீரில்) சிறிது நேரம் இருந்தால் புத்துணர்ச்சி கிடைக்கும்.

- எஸ். சுகந்தி, நாகப்பட்டினம்.

பொரித்த வடாம் / அப்பளம் போன்றவற்றை அளவான பிளாஸ்டிக் கவரில் போட்டு வாயைச் சிறுகக் கட்டி, டப்பாக்களில் பத்திரப்படுத்தினால், அவை தீர்ந்த பிறகு பாத்திரத்தை சோப்புப் போட்டுக் கழுவ வேண்டிய அவசியமிராது. சிப்ஸ் மற்றும் பலகாரங்களையும் இதே முறையில் பாதுகாத்தால் தண்ணீர் சிக்கனமாகவே செலவழியும்!

- ஜெயா, சென்னை.

துணி துவைத்த தண்ணீரை லெட்ரீனில் உள்ள ஃபிளஷ் செய்யும் டேங்கில் விட்டு வைத்து விடுங்கள். ஒரு பக்கெட் தண்ணீர் ஒருமுறைக்கு மிச்சம்.

1 லிட்டர் பாட்டிலில் தண்ணீர் விட்டு

சமையல் காஸ் சிலிண்டரின் எக்ஸ்பயரி தேதி

நாம் உபயோகிக்கும் சமையல் காஸ் சிலிண்டருக்கும் எக்ஸ்பயரி தேதி இருப்பது பலருக்குத் தெரியாது. சிலிண்டரின் வட்ட கைப்பிடியின் கீழே உள்ள மூன்று பட்டைகளில் ஒன்றின் உட்புறம் A அல்லது B, C, D இவற்றில் ஒரு எழுத்து இருக்கும். ஒரு வருடத்தை மும்மூன்று மாதமாக நான்கு பகுதிகளாக பிரித்திருக்கும். A என்பது ஜனவரி முதல் மார்ச் வரையிலும், B என்பது ஜூன் வரையிலும், C என்பது செப்டெம்பர் வரை, D - டிசம்பர் வரையிலும் குறிக்கும். A08 என்றிருந்தால் எக்ஸ்பயரி தேதி மார்ச் 2009 வரை எனவும், C06 என்றால் செப்டெம்பர் 2006 வரை என அறியலாம். இனி, எக்ஸ்பயரி தேதி பார்த்து சிலிண்டர் பெறலாமே!

- என். விக்னேஷ், மதுரை.
எஸ். பாரதி, சென்னை.

மூடி. செடி வைத்த தொட்டியில் 2 கல்லை வைத்து அதில் வைத்து விடுவேன். பாட்டிலின் கீழே 2-3 பொத்தல் போட்டு வைத்தால், சொட்டு நீர்ப் பாசனத் திட்டத்தில் செடி காயாமல் தண்ணீர் பட்டுக் கொண்டே இருக்கும். பட்டுப் போல பூக்களும் பூக்கும்.

- கமலா, நாமக்கல்/மனிஷா மணிமாறன், நெல்லை.

இட்லிக்கு அரிசி, உளுந்து ஊற வைத்து களையும் போது அந்தத் தண்ணீரை ஒரு வாளியில் ஊற்றி வைத்தால், மாவு அரைத்த பின்பு கிரைண்டரில் இந்தத் தண்ணீரை ஊற்றி ஊறவைத்து அலம்பிய பிறகு சிறிதளவு நல்ல தண்ணீர் விட்டு அலம்பினால் போதும்.

- ஆர். பிரேமா, சென்னை - 33.

எண்ணெய்ப் பாத்திரங்களை நியூஸ் பேப்பரால் நன்கு துடைத்தபின் தேய்த்தால் தண்ணீர் மிச்சம்.

- எஸ். சோமு, பெங்களூர்.

உள்ளாடைகளை மட்டும் தினமும் துவைத்து மற்றவைகளை இரண்டு அல்லது மூன்று நாட்களுக்கு சேர்த்துத் துவைத்தால் தண்ணீர் சிக்கனமாகச் செலவாகும்.

தண்ணீர் பற்றாக்குறையின் போது சிந்தடிக் உடைகளைப் பயன்படுத்தினால் தண்ணீர் குறைவாகச் செலவாகும்.

அளவாகத் துணிகளுக்குச் சோப்புப் போடுவது மிக முக்கியம். அலசுவதற்கு முன் துணிகளைச் சோப்பு போக நன்கு அழுத்திப் பிழிய வேண்டும். பிறகு அரை வாளி தண்ணீரில் துணியை அலசி மறுபடியும் நன்கு பிழிந்த பின் மீண்டும் அரை வாளி நல்ல நீரில் அலசினால் துணிகள் பளிச்! அலசிய நீரும் தெளிவாக இருக்கும். முதல் தடவை துணிகளை அலசவோ தோய்க்கவோ இந்த நீரைப் பயன்படுத்தலாம்.

- பத்மா, பெங்களூர்.

வாஷிங்மெஷினில் துவைக்கும் பொழுது துணிகளில் உள்ள சோப்பு நீரை வெளியேற்ற டிரையரைப் பயன்படுத்தி பிழிந்து விட்டு மீண்டும் நல்ல நீரில் அலச தண்ணீர் குறைவாகவே பயன்படும்.

- மீனாக்ஷி ரகுபதி, கே. கே.நகர்.

தட்டில் எண்ணெய்ப் பண்டங்களை நேரடியாக வைக்காமல் 'டிஷ்யூ' பேப்பரில் வைத்தால் கழுவும் நீர் மிச்சமாகும்.

- ரேவதி. எஸ்.

வீட்டைச் சுற்றி சிமெண்ட் போடாமல் இருந்தால் மழை நீர் மண்ணில் விழுந்தால் நிலத்தடி நீர் பெருகும்.

- கஸ்தூரி குருசாமி, சென்னை - 29.

அரிசி களைந்த நீரில் சிறிது உப்பு சேர்த்து காய்கறி, கிழங்குகளை ஊற வைத்து எடுத்து நறுக்கினால் அவற்றில் உள்ள மண் போகும். பூச்சிக்கொல்லி மருந்துகளும் போய்விடும்.

- எஸ். ஜானகி, சேலம் - 16.

பாத் டப்பை முழுவதும் நிரப்புவதற்குப் பயன்படுத்தும் நீரால் குறைந்தது மூன்று பேராவது குளித்து விடலாம். ஷவரிலும் இதே நிலைதான். நம் உடம்பில் படாமலேயே எவ்வளவோ நீர் வீணாகிறது. பக்கெட்டிலிருந்து தண்ணீரை

மொண்டு குளிக்கும் வழியே தண்ணீரையும் 'சிக்'கனப்படுத்துகிறது. நம் வயிற்றுப் பகுதியையும் 'சிக்'கென வைக்கிறது.

- சுலைஹா அஹமது, கீழக்கரை.

வாஷிங்மெஷின் உபயோகிப்பவர்கள் அதன் வழிமுறைகளைச் சரியாகப் படித்துப் பார்த்து துணிகளின் அளவுக்கு ஏற்றவாறு நீரின் அளவை செட் செய்யவும். 'ஃப்ரண்ட் லோடிங்' மெஷின்கள் 'டாப் லோடிங்' மெஷின்களை விட 40% குறைந்த அளவு நீரை உபயோகப்படுத்துகின்றன.

- மாதங்கி, சிங்கப்பூர்.

நியூஸ் பேப்பர் உபயோகித்து பூஜை விளக்கு, காஸ் ஸ்டவ் இவைகளிலுள்ள எண்ணெயைத் துடைத்து விட்டால், பிறகு சுத்தம் செய்ய அதிகம் தண்ணீர் வேண்டி வராது.

எப்பொழுதும் கிச்சன் டிஷ்யூ என்று ரோலாகக் கிடைக்கும் டிஷ்யூ பேப்பரை கைவசம் வைத்துக் கொள்ளவும். டைனிங் டேபிள் சுத்தம் செய்யும் பொழுது முதலில் டிஷ்யூ பேப்பரால் விழுந்திருக்கும் பருக்கைகளைத் துடைத்தால் நன்றாகக் கிளீன் ஆகிவிடும். பிறகு துணியால் துடைத்தால் அழுக்குத் துணியை அலச உபயோகிக்கும் நீரை மிச்சப்படுத்தலாம்.

- கமலா, கொச்சின்.

(டிஷ்யூ பேப்பர் யோசனையைச் சொன்ன மற்றொரு வாசகி ராஜிகுருசாமி, சென்னை.)

தோட்டத்தில் தொட்டிகளின் கீழ் ஒரு தட்டு வைத்து நீர் ஊற்றினால் அதிக தண்ணீர் விட வேண்டாம். செடிகளுக்கு நீரை அப்படியே ஊற்றாமல், பூவாளிகளின் உதவியோடு ஊற்றினால் தண்ணீர் குறைவாகச் செலவழியும்.

- ராதா பாலு, மும்பை.

பழைய வாட்டர் பாட்டில்கள் மூடியில் ஊசியைச் சூடுபண்ணி சிறிய துளைகளைப் போட்டு பாட்டிலில் தண்ணீர் நிரப்பி பூ வாளியாகப் பயன்படுத்தலாம்.

- ஆர். சாரதா, திருவான்மியூர்.

புது கான்கிரீட் தரை தளம், மேல் தளம் ஆகியவற்றுக்கு சணல் கோணிப் பையை தண்ணீரில் நனைத்துப் போட்டால் நாம் அடிக்கடி தண்ணீர் ஊற்ற வேண்டிய அவசியம் இல்லை. ஈரம் இருந்து கொண்டே இருக்கும். தண்ணீர் செலவும் மிச்சம்.

- ச. கசிலா, சேலம்.

துணி அலசிய கடைசி நீரை வைத்து வீட்டைச் சுற்றி தெளித்து வைக்க தரை குளிர்ந்து காற்று சில்லென வீசும்.

- ராஜி கணேசன், சென்னை - 87.

தண்ணீர் சிக்கனம் தேவை இக்கணம் போன்ற வாசகங்கள் பைப்பின் மேலே அழகாய் எழுதி ஒட்டி வைத்தால் தண்ணீரை சேமிக்கும் எண்ணம் மனத்தில் பதிந்து விடுவதோடு குழந்தைகளும் தண்ணீரை வீணாக்க மாட்டார்கள். இது என் அனுபவத்தில் கண்ட உண்மை.

- ரம்யாஷான், நியூடெல்லி.

டாய்லெட் சென்ற பிறகு ஃப்ளஷ் செய்ய ஃப்ளஷ் டாங்கில் பாதி தண்ணீர் நிரப்புமாறு பால் பேரிங்கை பொருத்தவும். இல்லையேல் முழு தொட்டி தண்ணீரும் ஒரே முறை ஃப்ளஷ் செய்யும் போது செலவாகி விடும்.

- சஞ்ஜீவி பாலன், சென்னை - 61.

கரகர தட்டை!

தட்டை செய்யும் போது அரிசி மாவுடன் பொட்டுக்கடலை, வேர்க்கடலை, கறிவேப்பிலை ஆகியவற்றை மிக்ஸியில் ஒரு சுற்றுச் சுற்றி மாவுடன் கலந்து செய்தால் தட்டை கரகரப்பாக, சுவையுடன் கமகமவென வாசனையாக இருக்கும்.

- எஸ். விஜயா சீனிவாசன்.



சிற்பியைச் செதுக்கிய சிலைகள்!



• துரை



• மெழுகினால் செய்த உரு

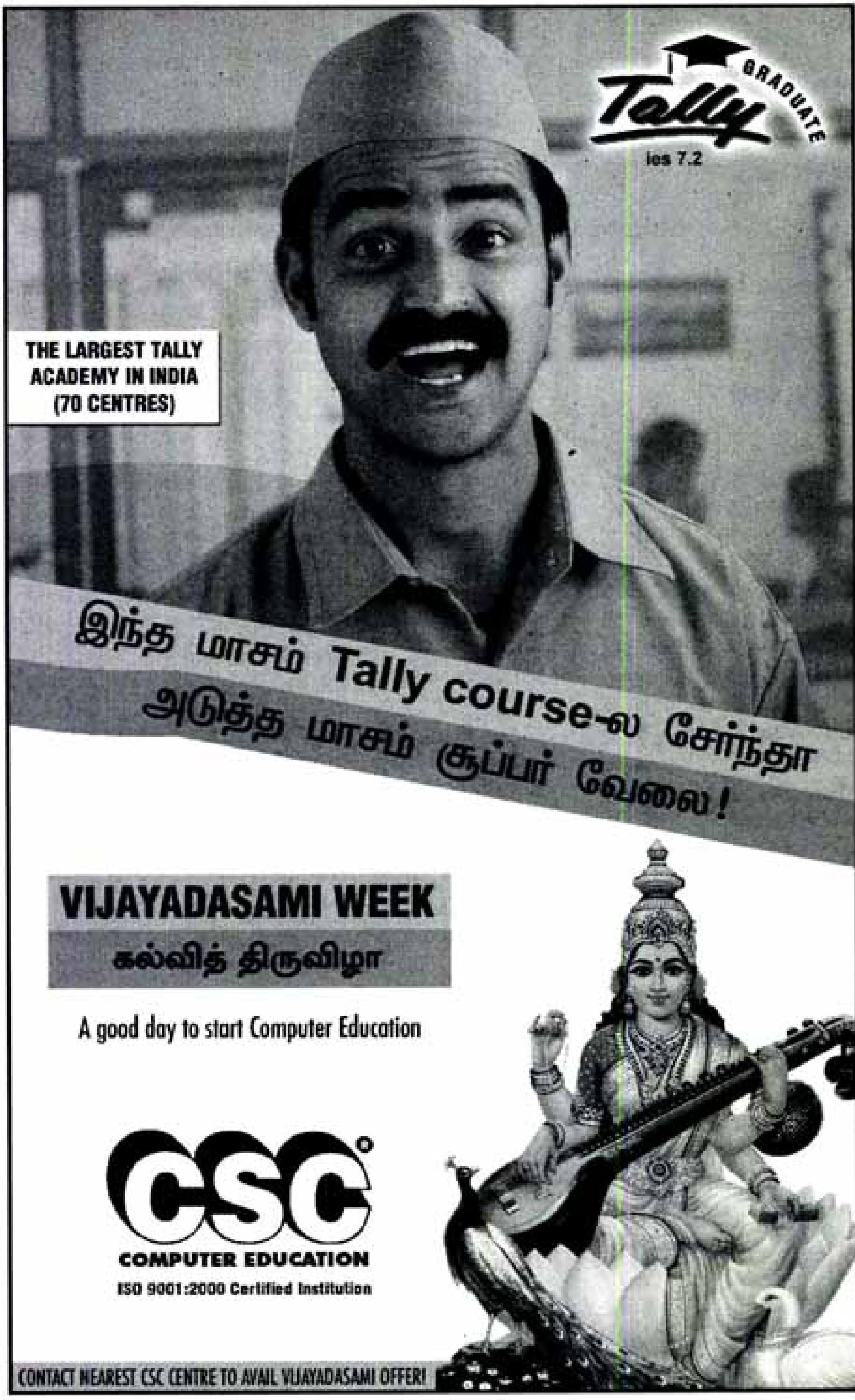
நகரி ஞானசரஸ்வதியின் பஞ்ச லோக சிற்பத்தைச் செய்த இளை ஞர் - சுவாமி மலையைச் சேர்ந்த துரை என்பவர். உலோகச் சிலைகளை வடிப்பது பற்றி அவரிடம் ஒரு நேர்முகம்!

கே : முப்பது வயதுக்குள் நீங்கள் இந்தக் கலையில் தேர்ச்சி பெற்றது எப்படி? பாரம்பரியமாக இக் கலை உங்கள் ரத்தத்திலே ஊறியிருக் கிறதா?

பதில் : தெய்வப் படிமங்களை உருவாக்கும் சிற்ப கிராமமான ஸ்வாமி மலையில் நான் பிறந்தது விவசாயக் குடும்பம் என்றாலும், ஐந்து வயதிலேயே இந்தக் கலையில் அதிகப் பிடிப்பும் ஆர்வமும் ஏற்பட்டது. நான் சிறுவனாகப் பள்ளிக்குச் செல்லும் பருவத்தில் காலையிலும், மதிய உணவு இடைவேளையில் வீட்டுக்கு வந்து செல்லும் போதும், மாலையிலும் அந்த வழியில் அமைந் திருந்த பூம்புகார் சிற்பக்கூடத்தைக் கடந்து செல்வேன். அந்த 'டங்', 'டங்' என்ற உளியின் ஒலி என்னை அழைப்ப தாக உணர்ந்தேன். தயங்கித் தயங்கி வெளியே ஜன்னல் கம்பியைப் பிடித்தபடி பயத்துடனும், ஆர்வத்து — னும் அங்கே உருவாகும் சிற்பங்களைப் பார்த்து மகிழ்வேன். இதை எப்படி உருவாக்குகிறார்கள் என்று ஆழ்ந்து அதிசயத்ததுண்டு. உலக நாடுகள் பலவற்றிற்கும் அந்த ஊர் கலைக்கூடங்களிலிருந்து சிற்பங்கள் அனுப்பப்படுவதையும் பார்த்த எனக்குப் பஞ்சலோகச் சிலைகளை வடிக்க வேண்டும் என்ற ஆர்வம் அதிகமாயிற்று.

கே : எப்போது, யாரிடம் பயிலத் தொடங்கினீர்கள்?





Tally
GRADUATE
ies 7.2
THE LARGEST TALLY ACADEMY IN INDIA (70 CENTRES)
இந்த மாசம் Tally course-ல சேர்ந்தா
அடுத்த மாசம் சூப்பர் வேலை!
VIJAYADASAMI WEEK
கல்வித் திருவிழா
A good day to start Computer Education
CSC
COMPUTER EDUCATION
ISO 9001:2000 Certified Institution
CONTACT NEAREST CSC CENTRE TO AVAIL VIJAYADASAMI OFFER!





பதில்: பள்ளிப் படிப்பு முடிந்ததும், முழுமூச்சாக இதையே எனது வாழ்க்கையாக ஏற்றுக் கொண்டேன். எனது குருநாதர் திம்மக்குடி ராஜன் அவர்கள். அவர்களுடைய மாணவன் என்ற பெருமையோடு இன்றும் நானும் எனது தொழிலாளர்களும் சாஸ்திரமுறை மாறாமல், பண்பாடு சிதையாமல் இந்தக் கலையைக் கையாண்டு வருகிறோம்.

கே : வருங்காலத்தில் உங்களைப் போலவே சிற்பியாக விரும்பும் சிறுவர்களுக்கும் இளைஞர்களுக்கும் உதவுவீர்களா?

பதில் : நிச்சயமாக! எனது சிற்பத் தொழிற்சாலையில் பள்ளி செல்லும் மாணவர்களும் அவர்கள் விரும்பிய நேரத்தில் (கல்விக்கு இடையூறு இல்லாமல்) இக் கலையினைக் கற்றுக் கொள்ள வருகின்றனர். என்னால் முடிந்த உதவிகளைச் செய்து வருகிறேன். முதலில் வரைவது, பிறகு மெழுகில் உருவங்கள் அமைத்துச் சீர்படுத்துவது, பிறகு உலகக் கலவையைக் காய்ச்சி ஊற்றுவது, கரு அமைப்பதும் (மோல்ட்) பிறகு உருவச் சிலைகளுக்கு மெருகு தருவது என எல்லாமே கற்றுத் தருகிறேன்.



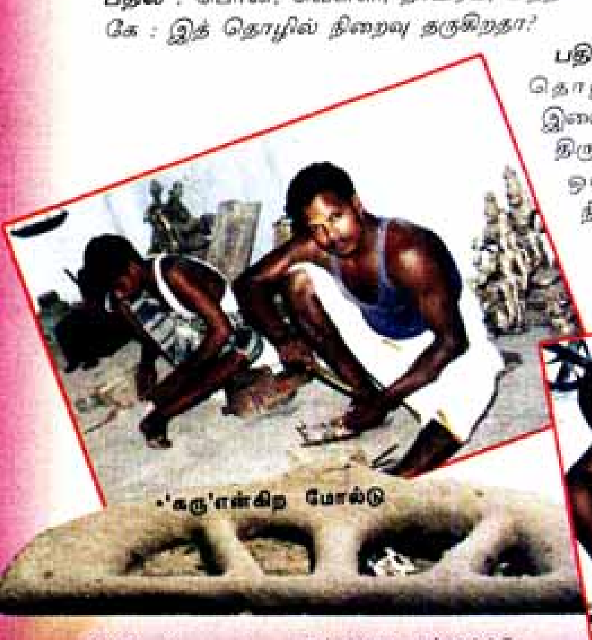
கே : பஞ்சலோகங்களில் என்ன என்ன சேர்ப்பீர்கள்?

பதில் : பொன், வெள்ளி, தாமிரம், பித்தளை, ஈயம்.

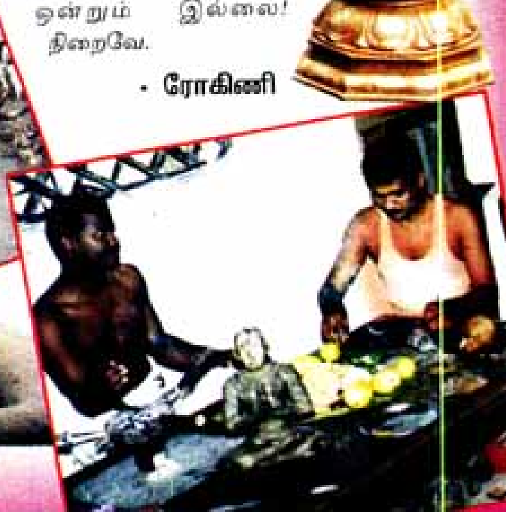
கே : இத் தொழில் நிறைவு தருகிறதா?

பதில் : இந்தச் சிற்பத் தொழிலில் எங்களை இணைத்தது குரு அருளும், திருவருளும் தான். குறை ஒன்றும் இல்லை! நிறைவே.

- ரோகிணி



•'கரு'என்கிற மோல்டு



என்றும் உங்களுடன்

மங்கையர் மலர் வெள்ளி விழா

போத்தீஸ் வழங்கும்

5 நபர்களுக்கு பட்டுப்புடவை பரிசு

நவம்பர் மாத மெகா போட்டி



தமிழ்நாடே எதிர்பார்த்த பத்தாம் வகுப்பு ரிசல்ட் வந்திருந்தது. புனிதாவின் மனம் திக்திக்கென அடித்துக் கொண்டிருந்தது. கைநடுங்க செய்தித்தாளை வாங்கி தனது எண் வந்திருக்கிறதா என்று நோட்டம் விட்டாள். புனிதாவின் எண் வந்திருந்தது. மகிழ்ச்சியில் அவளுக்குப் பேசவே தோன்றவில்லை. உடனே அப்பாவுக்கு ஃபோன் செய்தாள். அப்பா இன்டர்நெட்டில் பார்த்து அவளது மதிப்பெண்களைக் கூறினார். புனிதா மகிழ்ச்சியில் துள்ளி ஓடி வந்தாள். பாட்டி அவளை அழைத்து ''எவ்வளவு மதிப்பெண்?'' என்று கேட்டார்.

''என் மதிப்பெண்ணை 5ஆல் வகுத்தால் 2 மீதம் வரும்; 7ல் வகுத்தால் 4 மீதம் வரும்; 9

புதிர்க் கணக்கு

புனிதாவின் மதிப்பெண் என்ன?

ஆல் வகுத்தால் 6 மீதம் வரும்'' என்றாள்.

பாட்டி சிறிது நேரம் யோசித்தார்.

பிறகு ''சின்ன க்ளூ கொடு'' என்றார்.

''ம்... என் மதிப்பெண் 300லிருந்து 320-க்குள்தான்! முடிந்தால் கண்டுபிடித்துக் கொள்ளுங்கள்'' என்றபடி போய் விட்டாள்.

பாட்டி உடனே கண்டுபிடித்து விட்டார். உங்களால் முடிகிறதா?

விடை :

மங்கையர் சக்தி மகத்தான சக்தி

மங்கையர் மலர் வெள்ளிவிழா

நவம்பர் மாத மெகா போட்டி

மங்கையர் சக்தி மகத்தான சக்தி
மங்கையர் மலர் வெள்ளிவிழா

போட்டி விதிமுறைகள் :

- அனைவரும் கலந்து கொள்ளலாம்.
- வயது வரம்பு இல்லை.
- எத்தனை கூப்பன்கள் வேண்டுமானாலும் அனுப்பலாம்.
- **கடைசித் தேதி : 14.10.2005**
- பரிசுகள் அனைத்தும் விதிமுறைகளுக்கு உட்பட்டவை.
- ஆசிரியர் தீர்ப்பே இறுதியானது
- விடை கட்டத்தில் பதிலை எழுதி கூப்பனுடன் சுத்தரித்து அனுப்பவும்.
- சரியான விடை அளிப்பவர்களிலிருந்து குலுக்கல் முறையில் ஐந்து பேர் பரிசுக்குரியவராகத் தேர்ந்தெடுக்கப்படுவர்.
- ஆசிரியர், மங்கையர் மலர், 47, ஜவாஹர்லால் நேரு சாலை, ஈக்காடுதாங்கல், சென்னை - 600 032.

பெயர்: ....

வயது: ....

முகவரி: ....

....

....

....

தொ.பே. எண்: ....

அக்டோபர் மாத மெகா போட்டி முடிவு

பரிசுகளை வழங்குவோர்: போத்தீஸ்

5 நபர்களுக்கு பட்டுப்புடவை

	1 அ		2 ஜீ	ஜா	3 பா	ய்
4 ம	ன்	ன	ன்		ல்	
	ண		ஸ்			5 பு
6 கொ		7 மே		8 ப	த்	து
ல்		ரி		சு		வை
9 சு	ரு	மா	ரி		கி	
த்		தா			வ	
11 தா	ய்		12 மா	யா	10 தே	வி

1. சி. ஜெயலலிதா, பெரியகுளம், தேனி மாவட்டம்.
2. வி. புவனேஸ்வரி, பண்ருட்டி, கடலூர் மாவட்டம்.
3. லக்ஷ்மி ஜயராமன், ஹௌரா.
4. வசந்தா ராகவன், கொல்கத்தா.
5. ஜெயலக்ஷ்மி நாராயணன், தானே.

அடுக்குமாடி குடியிருப்புகள் விற்பனைக்கு



ஸ்ரீ அகிலாண்டேஸ்வரி கார்டன்ஸ்

DTP No.44/2003

மேலூர் ரோடு, ஸ்ரீரங்கம்,

திருச்சி - 6.

இரண்டாம் தளத்தில் உள்ள வீடுகளுக்கு சிறப்பு விலையில்

ஒன்று, இரண்டு & மூன்று படுக்கையறை வீடுகள்/உடன் குடிபுகும் நிலையில்

சிறப்பம்சங்கள்:

- ஸ்ரீரங்கம் பேருந்து நிலையத்திலிருந்து 10 நிமிட நடை தூரத்தில் மற்றும் 2 நிமிட நடை தூரத்தில் காவிரி ஆறு.
- 24 மணி நேர குடிநீர் வசதி, பாதாள சாக்கடை திட்டம், 3-பேஸ் மின் இணைப்பு உள்ளடங்கியது.
- நடுத்தர மக்களுக்கு ஏற்ற விலையில்.
  சிறுவர் / சிறுமி விளையாட்டு இடம் மற்றும் புதிய கோவில்.
- தரைத்தளம் மற்றும் முதல் தளத்தில் குறைந்த வீடுகளே உள்ளன.
- DTP அங்கீகாரம் மற்றும் வங்கி கடன் வசதி உண்டு.
- வாடகைக்கும் சில வீடுகள் உள்ளன.

OTHER ONGOING PROJECT

SHRI NARAYANA HOMES

Sheshadripuram, Subramanipuram, Srirangam

SKV ENGINEERING CONSTRUCTIONS

54-A, அம்மாமண்டபம் ரோடு, ஸ்ரீரங்கம், திருச்சி - 6.

Ph : 0431 - 2433132, 94431-44132

HAPPY DIWALI SPECIAL OFFER

பெண்களே உங்கள் எடை குறைய வேண்டுமா?

உங்கள் எடையை ஒரே மாதத்தில் 5 முதல் - 12 கிலோ வரை குறைத்து மெல்லிய மேனியை பெறவும்.

முகத்தில் ஏற்படும் தோல் சுருக்கங்கள் / விழுதலை Face Lifting மெஷின் மூலம் டைடனிங் செய்தல். இதனால் கரும்புள்ளிகள் / பருக்கள் நீங்கும்.

தீபாவளி சிறப்பு சலுகையாக ஒரு சிட்டிங்கிற்கு இன்னொரு சிட்டிங் இலவசம்

SLIM & CAARE

WE CARE A LOT FOR YOU...

அறிமுகம்
Airware Health & Beauty Machine
மூன்று சிட்டிங் இலவசம்

Contact: G. RISHITHA

26/12A, Elegant Apartments, Hindi Prachar Sabha Road, T.Nagar, Chennai - 17.

Ph: 2433 2838 Mobile: 94444 13224

Client இன் உடல் தன்மையை பொறுத்தும் ஒத்துழைப்பை பொறுத்தும் எடை குறைவது மாறுபடும்

Your Care is our concern

Visit once and experience the care



செய்வார்களா, ஆண்கள்?

சென்ற இதழில் 'பெண்கள் வாயால் கேட்க முடியாதது' என்று ஆண்களின் குறையை, சோகத்தைப் படித்த வாசகியர் பொருமித் தள்ளி எழுதி விட்டார்கள். இதோ அவர்களின் ஆதங்கத்தையும்தான் கொஞ்சம் காது கொடுத்துக் கேளுங்களேன் மணாளர்களே!



ஆண்களால் முடியுமா?

1. மற்றவர்களுடன் ஒப்பிட்டுப் பேசாமல் இருக்க வேண்டும். செய்வார்களா? குறிப்பாக மற்றப் பெண்களுடன் நம்மை ஒப்பிட்டுப் பேசக் கூடாது.

2. நம்மையும், நம் செயல்களையும் சந்தேகக் கண் கொண்டு பார்க்கக் கூடாது. செய்வார்களா?

3. நான்கு பேருக்கெதிரே நம்மை மனதாரப் பாராட்ட வேண்டும். செய்வார்களா?

4. நம் நிறைகுறைகளை அப்படியே ஏற்றுக் கொள்ள வேண்டும்.

5. நேரத்திற்கு வீட்டிற்கு வர வேண்டும்.

6. என்னம்மா ஏதோ போல் இருக்கிறாயே? உடம்பு சரியில்லையா? தலைவலியா, டாக்டரிடம் போகலாமா? என்ற அனுசரணையான விசாரிப்பு ரொம்ப அவசியம்.



7. கவலைப்படாதே. இன்று உனக்கு வீட்டு வேலையிலிருந்து ரெஸ்ட். ஹோட்டலுக்குப் போகலாம் வா என்று உடலும் மனமும் அலுத்து இருக்கும்போது கூற வேண்டும்.

8. பிறந்த நாளுக்கு மறக்காமல் வாழ்த்தோ, ஒரு முழம் பூவோ யாரும் ஞாபகப்படுத்தாமல் தானே ஞாபகம் வைத்துக் கொண்டு செய்ய வேண்டும்.

9. முக்கியமாக நான்கு பேருக்கு எதிரில் திட்டி மானத்தை வாங்காமல் தனியே அழைத்து நம் தவறைச் சுட்டிக்காட்ட வேண்டும்.

- வி. ஸ்ரீதிவ்.

கேட்க முடியாதது....



1. இந்தச் சனி, ஞாயிறு நான் குழந்தைகளைப் பார்த்துக் கொள்கிறேன். நீ உன் அம்மா வீட்டிற்குச் சென்று வா.

2. நாளைக்குக் காலையில் நீ ஏழு மணிக்கு எழுந்தால் போதும். நான் சீக்கிரம் எழுந்து குக்கர் வைத்து விடுகிறேன்.

3. உன் புடவைகளையும் நானே அயர்ன் செய்து வைத்து விட்டேன்.

- எஸ். மங்கையர்க்கரசி, நெய்வேலி.

பெண்கள் வாயாலும் கேட்க முடியும்!

மொட்டை மாடிப் பேச்சு....

இன்னிக்கு சீரியல் வேண்டாம் - மொட்டை மாடியில் உட்கார்ந்து பேசுவோம்' என்று யார் சொல்லாவிட்டாலும் நான் சொல்லுவதுண்டு. நாங்கள் இருவரும் மொட்டை மாடியில் அமர்ந்து மணிக்கணக்காகப் பேசுவதுமுண்டு. (பேச்சினூடே சண்டை போட்டுக் கொள்வதுமுண்டு).

அடுத்து, 'ஆடித் தள்ளுபடி சும்மா கண்துடைப்புத்தான். நான் இன்று வரை (திருமணமாகி 42 வருடங்களாகின்றன) ஆடித் தள்ளுபடியில் எந்தப் பொருளும் வாங்கியதேயில்லை!

நிற்க, பிறந்த வீட்டுக்காரர்களைப் பற்றி 'வாய்க் கொழுப்பு' என்றெல்லாம் (அவர்கள் எப்படிப்பட்டவராயினும் கணவர் முன்னே மறைக்கத்தான் பார்ப்பாள்) எந்தப் பெண்ணிற்கும் சொல்ல மனம் வராது. சம்பளப் பணம், போனஸ் இவற்றை யார் கையில் வைத்துக் கொண்டால் என்ன? சண்டை சச்சரவில்லாமல் வீட்டை நிர்வகித்தால் போதாதா?

- பிரபா டாக்கர், ஹைதராபாத்.

வேலைப் பங்கீடு

1. நீயும்தான் 'நைட் ட்யூட்டி' பார்த்து, அலுத்துக் களைத்து வந்திருக்கிறாய். கொஞ்சம் தூங்கி, ரெஸ்ட் எடுத்துக் கொள். பிறகு நாமிருவரும் சேர்ந்தே வீட்டு வேலை செய்யலாம்.

2. ஒரே பெண்ணைப் பெற்ற என் மாமனாரின் 60-வது பிறந்த நாளை மாப்பிள்ளையான நான்தான் ஏற்றுச் செய்வேன்.

- பெயர் வெளியிட மறந்த வாசகி

மோதிரம் - செயின்

1. புது மாப்பிள்ளைன்னா தலை தீபாவளிக்கு கட்டாயம் மோதிரம் போடணும்னு சட்டமா என்ன? ஒரு மாறுதலுக்கு நான் வேணும்ன்னா உன் அப்பாவுக்கு செயின் பண்ணிப் போடட்டுமா!

2. உலகத்திலேயே அதிக 'இன்டலிஜென்ட்' என் மனைவிதான்!

3. பொண்டாட்டி பிரசவத்துக்குப் போனதுலேர்ந்து சோகமா இருக்கேன் தோழர்களே!

- ரம்யா ஷான், நியூடெல்லி.

உதாரண புருஷர்!

1. எமது வீட்டில் ஒட்டடையே பிடிக்காது. நானும் என் மனைவியும் தினசரி வீட்டைச் சுத்தப்படுத்தி அதிகாலையில் வீடு கழுவி கோலமிட்டு சாமி கும்பிடுவதால் சண்டேயில் என் ஃப்ரெண்ட்ஸோடே அரட்டையடிக்கத் தடையே இல்லை.

2. காதலித்துக் கல்யாணம் புரிந்த நான் எனது மனைவியின் பிறந்த நாளை ஞாபகம் வைத்து அவளின் பிறந்த நாளன்று காலையில் வெகுமதி கொடுத்து அவளை ஆச்சரியப் படவைத்து மகிழ்வேன்.

3. தொலைக்காட்சியில் முக்கியமான விஷயங்களை, குறிப்பிட்ட சீரியல்களை மட்டும் என் மனைவி பார்ப்பதால் தினசரி மொட்டை மாடியில் உட்கார்ந்து ஜாலியாகப் பேசுவோம்.

4. பிறந்த நாள், திருமண நாள், தீபாவளி, புது வருடப் பிறப்பு முக்கிய வி.ஐ.பிகளது நிகழ்வுகள், திருமண நிகழ்வுகள் என்பவற்றிற்கு என் மனைவியின் மனதிற்குப் பிடித்த துணி வகை, நகைகள் வாங்குவதால் ஆடித் தள்ளுபடியை என் மனைவி தள்ளுபடியாக்கி விட்டாள்.

5. எங்க வீட்டுக்காரங்க, மனைவி வீட்டுக்காரங்க பற்றி விதண்டவாதத்தை நாங்களிருவரும் புரிவதில்லை.

6. கையிலே பணமே வேண்டாமென்று என் மனைவி சொல்ல வேண்டிய அவசியமே இல்லை. என் மனைவி கேட்காமல் நானாக மனம் விரும்பி சிக்கனத்தைப் புரிந்து என் மனைவியிடம் கொடுத்து விடுவேன். - டாக்டர். வே.த. யோகநாதன், திருச்சி

கொலு ஜோக்ஸ்

சித்தூரா, புத்தூரா?

கற்பனை, ஓவியம் : ஸ்ரீகாந்த்

மிச்ச அவதாரம் எல்லாம் இருக்கு,
மச்ச அவதாரத்தையே காணோமே ?



'நம்ம அவதாரம்'
நேத்து வீட்டுக்குள்ள கிரிக்கெட்
விளையாடி ஒடைச்சிட்டான் அதை!

நேத்து ராத்திரி கூட இங்க இருந்துதே
என் புது வேஷ்டி 2 காணோம்.



இன்னும் 9 ராத்திரி வெய்ட்
பண்ணுங்க. கட்டாயம் கிடைக்கும்!

இந்த பொம்மைகளெல்லாமே 30
வருஷத்துக்கு முன்ன சித்தூர்லேந்து
எங்க அம்மா வாங்கி
அனுப்பினதாக்கும்!



நல்லா ஞாபகப்படுத்திச் சொல்லு!
'புத்தூர்லேந்து' இருக்கும்!
கை, கால் எல்லாமே ஒடஞ்சி இருக்கு.

பிள்ளையாருக்கு எப்ப கல்யாணம்
ஆச்சுன்னு கேட்டா 'அரேன்ஜ்'
பண்ணிக்கிட்டு
இருக்கேன்னு சொல்றியே ?



நீங்களும் உங்க
அவசரமும்! இன்னும்
பொம்மைகளை சரியா அடுக்கி
வைக்கல... இப்பத்தான் 'அரேன்ஜ்'
பண்ணிக்கிட்டு இருக்கேன்னு சொன்னேன்!

நாலே நாலுபேர் வீட்டு கொலுவுக்குப்
போயிட்டு
திரும்ப இங்கேயே
வரணும்



ஹி! ஹி!
மேல ஏதாவது
போட்டுக் கொடுங்க மாமி!

இவ்வளவுதானே ? அவங்க கொடுக்கற
சுண்டல், பொரி எல்லாத்தையும்
உனக்கே கொடுக்கறேன்! போதுமா ?

உங்கள் உயிருக்குக் காப்பீடு...
குடும்பத்தின் வளமைக்குப் பாதுகாப்பு!



உங்கள் குடும்பத்தினரிடம் நீங்கள் கொண்டுள்ள அன்புக்கும் பாசத்திற்கும் விலை மதிப்பு ஏது? உங்கள் குடும்பத்தினரின் நலன் கருதி, பொன்விழாச் சீட்டு விழாவாகக் கொண்டாடப்படும் இந்த விஜயதசமி சீட்டு விழாவின் போது புதிய சீட்டில் சேரும் சந்தாதாரர்களுக்கு அன்பளிப்பாக ஆயுள் இன்சூரன்ஸ் காப்பீடு* வழங்குகிறது ஸ்ரீராம் சிட்ஸ்.

வளமை - பாதுகாப்பு - ஆரோக்கியம்

காலத்தை வென்று, என்றும் புதுமையுடன் திகழும் அற்புதமான வளமை வழிகாட்டி - ஸ்ரீராம் சிட்ஸ் சீட்டுத் திட்டம். சேமிக்கவும், அதிலிருந்தே நிதியுதவி பெறவும் வகை செய்யும் வளமைத் திட்டம். உங்கள் வாழ்க்கையின் பொருளை இரட்டிப்பாக்க ஆயுள் இன்சூரன்ஸ் பாதுகாப்பு. இன்சூரன்ஸ் திட்டத்தில் இணைந்தவர்கள் மகிழ்ச்சியாக இருக்கிறார்கள். அவர்களது குடும்பங்களும் மனதளவிலும், பொருளாதார நிலையிலும் ஆரோக்கியமாகத் திகழ்கின்றன.

இன்சூரன்ஸ் துறையில் ஸ்ரீராம் குரூப்

கடந்த சில ஆண்டுகளில் 2,60,000 குடும்பங்கள் ரூ.5,700 கோடிக்கு மேல் இன்சூரன்ஸ் காப்பீடு பெற ஸ்ரீராம் குரூப் உதவி செய்துள்ளது. ஆயுள் இன்சூரன்ஸ் துறையில் ஸ்ரீராம் குரூப் பெரிய அளவில் பங்கேற்க வருகிறது.

எதிர்காலப் பாதுகாப்புக்குக் காப்பீடு!

உங்களது குடும்பத்தின் எதிர்காலப் பாதுகாப்புக்காகவே ஸ்ரீராம் சிட்ஸ், ஆயுள் இன்சூரன்ஸ் காப்பீடு அன்பளிப்பாக வழங்குகிறது. முதல் மூன்று மாத பிரீமியமாக, சிறு தொகையை நீங்கள் செலுத்தி விட்டால், அடுத்த ஆறு மாத பிரீமியத்தை ஸ்ரீராம் சிட்ஸ் செலுத்தி விடும்.

உங்கள் குடும்பத்தினரிடம் நீங்கள் கொண்டுள்ள பாசத்தையும் அவர்களது எதிர்கால வளமையில் நீங்கள் கொண்டுள்ள அக்கறையையும் உணர்த்த நல்ல வாய்ப்பு இது.

ஸ்ரீராம் சிட்ஸ் சிறப்புகள்: • 30 ஆண்டுகளுக்கு மேலாக பல லட்சம் குடும்பங்களின் வளமைக்கு வழிகாட்டி • நேரடியாகவும், மறைமுகமாகவும் ஏராளமானவர்க்கு வேலை வாய்ப்பு • இதுவரை ரூ.16,500 கோடிக்கு மேல் சீட்டுத் தொகை பட்டுவாடா • தினந்தோறும் ரூ.10 கோடி பட்டுவாடா • தமிழ்நாடு, கர்நாடகா, ஆந்திரா, மகாராஷ்டிராவில் 465க்கும் மேற்பட்ட கிளைகள்.

* நிபந்தனைகளுக்கு உட்பட்டது.

விஜயதசமி சீட்டு விழா

50 பொன் விழா சீட்டுத் திருவிழா

ஸ்ரீராம் சிட்ஸ்

தமிழ்நாடு பிரைவேட் லிமிடெட்

கிரீம்ஸ் டவர், 149 கிரீம்ஸ் சாலை, சென்னை 600 006. போன்: 52236000



ஸ்ரீ மஹா ப்ரத்யங்கிரா தேவி, ஸ்ரீ மந்திர வாராஹி
ஸ்ரீ நீல சரஸ்வதி
ஸ்ரீ விரஜாகால பைரவர் சந்நிதிகள்

Management : SRI PRATHIYANGIRA ASHRAM TRUST

அபராஜிதபுரி, சோழங்கநல்லூர், சென்னை-600119
போன் : 2450 1404



மஹா ஸ்ரீ ப்ரத்யங்கிரா தேவி அபிஷேக பூஜை அழைப்பிதழ்

ஸ்ரீ மஹா ப்ரத்யங்கிரா தேவிக்கு 108 பால்குட அபிஷேகம், ஸ்ரீ மந்திர வாராஹி அம்பாளுக்கு பூமூடல், ராகு கேதுவுக்கு 108 மஞ்சள் குட அபிஷேகம்

நாள் : 6.11.2005 ஞாயிறு காலை 7.00 மணி முதல் மதியம் 2.00 மணி வரை

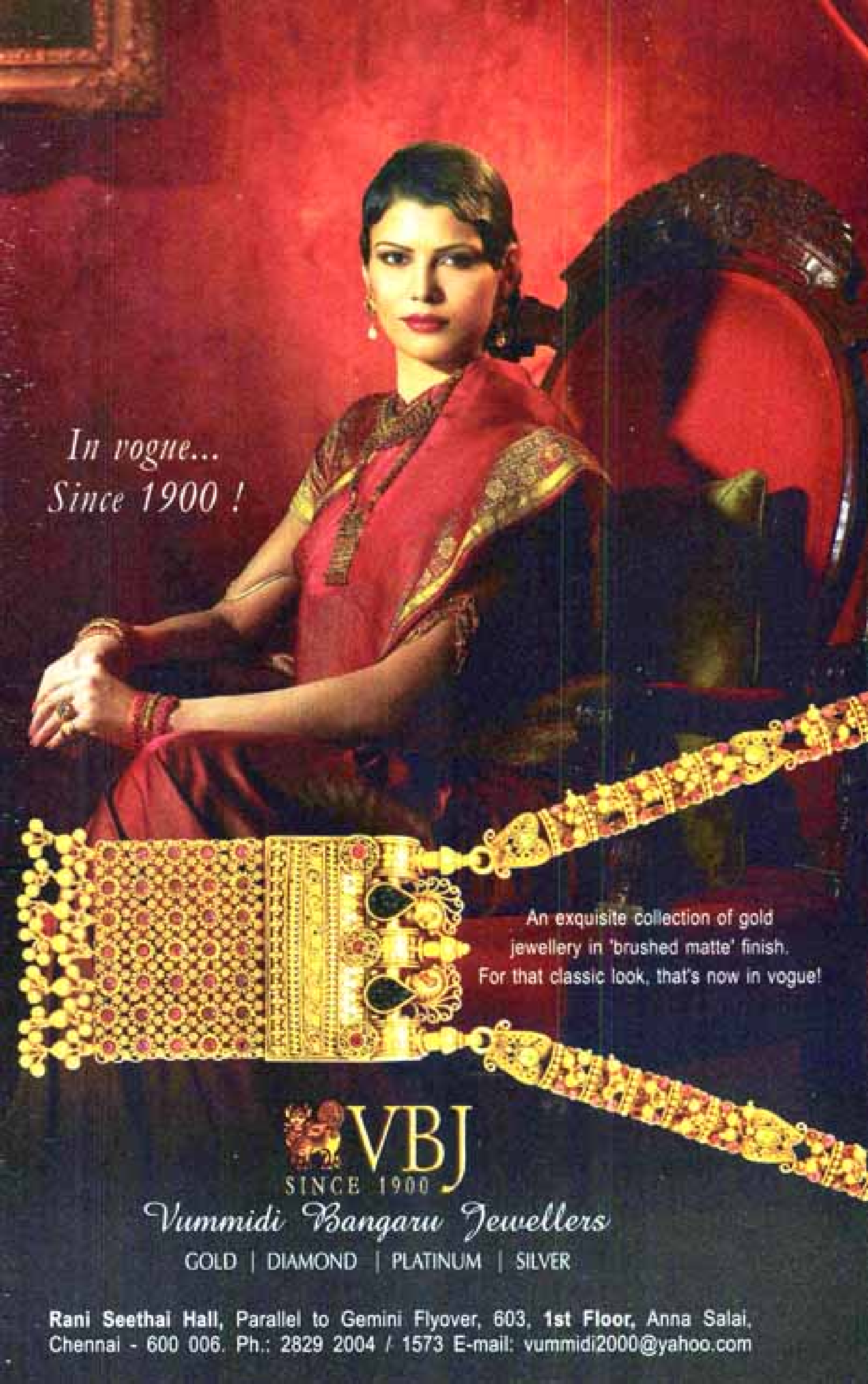
அன்றாட வாழ்வில் உண்டாகும் எதிர்பாராத விபத்து, மரண கண்டாங்கள், எடுக்கும் கார்யங்களில் முட்டுகள், தட்டுகள், தடைகள், எதையும் பூர்த்தி செய்ய முடியாதபடி எதிரிகளின் தொல்லைகள் நவக்கிரஹங்களினால் உண்டாகும் கஷ்டங்கள், கை, கால் உடைதல், பைத்தியம் பிடித்தல், கோமாவில் படுத்தல்,முன்ஜென்ம பாவத்தினால் அங்கஹீனமுள்ள,பலஹீனமான குழந்தைகள்பிறத்தல், நாய், பாம்பு இவற்றைக்கொன்ற பாவம், விஷ வியாதிகள், குலதெய்வ பூஜை செய்யாத பாவம், அம்மா, அப்பாவை நடுத்தெருவில் விட்டபாவம், முன்னோர்களுக்கு நீதி கொடுக்காத பாவம், எதிரிகளினால் செய்ய பெற்ற ஏவல், பில்லி, சூனியம் இவற்றினால் அனுபவிக்கும் கஷ்டங்கள், திருமணத்தடை, உத்தியோகத் தடை, குடும்பத்தில் ஒற்றுமை குறைவு, கலகம்சண்டை, வெறுப்பு, பயம் பீதி இத்தகைய பெரும் சங்கடத்திலிருந்து விடுபட்டு, நிம்மதியாக, மனசாந்தியாக வாழவிரும்பும் பக்தர்களுக்கு வரப்பிரசாதமாக

6.11.2005 ஞாயிறு காலை 7 மணி முதல் மதியம் 2 மணி வரை ஸ்ரீ மஹா ப்ரத்யங்கிரா தேவிக்கு - 108 பால்குட அபிஷேகமும், ஸ்ரீ மந்திர வாராஹி அம்பாளுக்கு பூமூடலும், ராகு கேதுவுக்கு மஞ்சள் குட அபிஷேகமும் நிறைவேற உள்ளது

சாந்நித்யமான இம் மஹா பூஜையில் கலந்துகொள்வதற்கும் நிதி அனுப்பி பங்கு பெறுவதற்கும், ஸ்ரீ ப்ரத்யங்கிரா தேவியின் அருள் பெற்றவர்களால் மட்டுமே முடியும். **உபயம் : பால்குட அபிஷேகம் ரூ.1200/- ஸ்ரீ வாராஹி பூமூடல் ரூ.1200/- ராகுகேது மஞ்சள் குட அபிஷேகம் ரூ.600/-** உரிய தொகைக்கான டிராப்டை (Draft) ஸ்ரீ ப்ரத்யங்கிரா ஆஸ்ரமம் டிரஸ்ட் என்ற பெயருக்கு எடுத்து பெயர், நட்சத்திரம், குடும்ப உறுப்பினர்களின் பெயர்கள், நட்சத்திரம், கோத்திரம், குலதெய்வத்தின் பெயர், நிவர்த்தியாக வேண்டிய குறைகள் இவற்றை எழுதி பதிவுத் தபாலில் அனுப்ப வேண்டுகிறோம். உபயதாரர்களின் குறைகள் தீர்வதற்கான சங்கல்பம் செய்து **ஸ்ரீ ப்ரத்யங்கிரா சுவாமி தலைமையில் 18 வைதீக அந்தணர்களால் ஸ்ரீ ப்ரத்தியங்கிரா தேவி மூல மந்திரம் உரு ஏற்றபெற்று, பூஜை செய்து, மஹா, பிரசாதம், டாலர், ரக்ஷைகள் பதிவுத்தபாலில் அனுப்பி வைக்கப் பெறும். உள்ளூர்** அன்பர்கள் இவற்றை நேரில் பெறலாம்.

சுபமஸ்து.

இங்கு உலகிலேயே மிகப் பிரம்மாண்டமாக வரவிருக்கும்
ஸ்ரீ ஆகாச சரபேஸ்பவரர் சந்நிதி
நிர்மாணப் பணிக்கு, நன்கொடையாளர்கள் வரவேற்கப்படுகின்றார்கள்


In vogue...
Since 1900 !
An exquisite collection of gold
jewellery in 'brushed matte' finish.
For that classic look, that's now in vogue!
VBJ
SINCE 1900
Vummidi Bangaru Jewellers
GOLD | DIAMOND | PLATINUM | SILVER
Rani Seethai Hall, Parallel to Gemini Flyover, 603, 1st Floor, Anna Salai,
Chennai - 600 006. Ph.: 2829 2004 / 1573 E-mail: vummidi2000@yahoo.com


5000 வருட பாரத சரித்திரம்
ஒரு பட்டுப்புடவையில்
கின்னஸ் சாதனை.
உலகிலேயே மிக நீளமான பட்டுப்புடவை - 1276 அடி.
இந்திய பாரம்பரியத்தின் சிறப்பை பறைசாற்றும் விதத்தில், 5000 வருட இந்திய சரித்திரத்தை
1276 அடி நீள பட்டுப்புடவையில் படைத்துள்ளோம். மொஹஞ்சதாரோ, ஸ்ரீ ராமர், ஸ்ரீ கிருஷ்ணர்,
புத்தர், மஹாவீரர், மௌரியர்கள், சேர-சோழ-பாண்டியர்கள், ராஜ புத்திரர்கள், மொகலாயர்கள்,
நாட்டின் சுதந்திர போராட்டம் மற்றும் இந்திய சுதந்திரம் வரையிலான வரலாறு, வண்ண
ஓவியங்களினாலும், அசல் ஜரிகை வேலைப்பாடுகளினாலும் உருவாக்கப்பட்டுள்ளது.
நேர்த்தியான கலை நுணுக்கத்துடன், தனித்திறன் வாய்ந்த போத்தீஸ் நிறுவனத்தின்
நெசவாளர்களும், கைவினைக் கலைஞர்களும் எட்டு மாத காலத்தில், காலங்களை
கடந்து மிளிரும் இந்த பட்டோவியத்தைப் படைத்துள்ளனர்.
இந்தப் படைப்பு, பாரதத் தாய்க்கு போத்தீஸின் பணிவான சமர்ப்பணம்.
போத்தீஸ்
அழகிய ஜவுளிகளின் ஆலயம்
Panagal Park, T. Nagar, Chennai - 17. Ph.: 2431 0901
www.pothys.com e-mail : info@pothys.com

என்றும் உங்களுடன்

மங்கையர் மலர்

பெட்டகம் 2 அக்டோபர் 2005



தாய்மை வெல்க!



கண்கவர்
டிசைனர்
சாரீஸ்
கலெக்ஷன்
நுண்ணிய வேலைப்பாடுகள்
அமைந்த டிசைனர் சேலைகள்
உங்கள் உள்ளத்தைக் கவர்ந்து
வாங்க வைத்துவிடும்.
விலையோ நீங்கள்
நினைக்கும் விலையில்.
75, உஸ்மான் ரோடு
ரங்கநாதன் தெரு எதிரில்
தி.நகர், சென்னை-600 017
சரவணா செல்வரத்னம்
டெக்ஸ்டைல்ஸ்
பட்டுச் சேலைகள், டிசைனர் சேலைகள், ரெடிமேட் ஆடைகள், கதர் மெட்டீரியல் மற்றும் பல...

என் செல்லமே





• ரிஷி



• ராஜா வெங்கடேஷ்



• ஸ்ரேயஸ்





தாத்தா : பாலசுப்ரமணியன்,
பாட்டி : ஜெயஸ்ரீ பாலசுப்ரமணியன்



தாத்தா : மகாதேவன்
பாட்டி : கிரிஜா மகாதேவன்





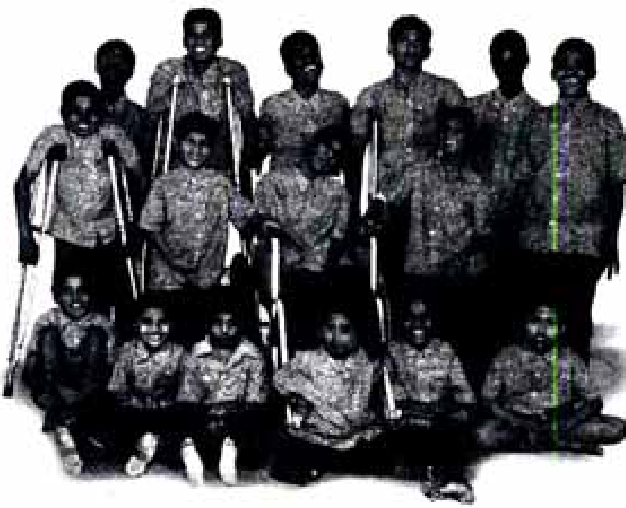
• அபிஷேக்

தாத்தா : வெங்கடேசன்
பாட்டி : சரஸ்வதி

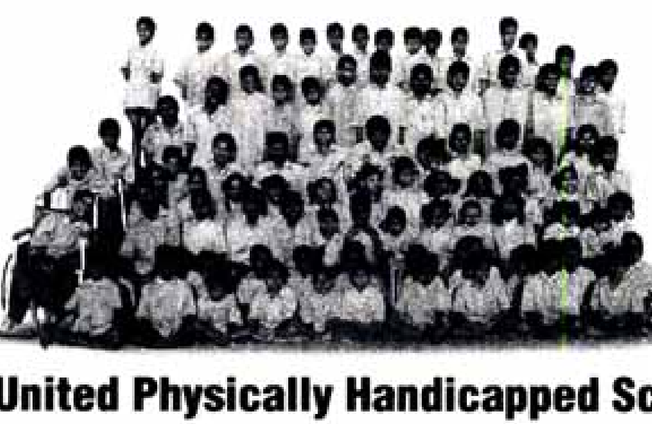




வருகின்ற தீபாவளியினை முன்னிட்டு ஊனமுற்ற, அனாதை குழந்தைகளுக்கு உதவி செய்ய வேண்டுகிறோம்.



கோயம்புத்தூர், சத்தி ரோடு, குரும்பபாளையத்தில் இயங்கி வருகிறது 'தி யுனைடெட் ஊனமுற்றோர் பள்ளி'. எழுந்து நிற்கமுடியாத, நடக்கமுடியாத, பேசும் சக்தியற்ற, மனவளர்ச்சி குன்றிய ஆதரவற்ற சிறுவர், சிறுமியர்களை கொண்டுள்ளது இந்த இல்லம். தீபாவளியினை முன்னிட்டு உதவி செய்ய வேண்டுகிறோம். பள்ளியின் பெயரில், வங்கி டிராப்ட் / மணியார்டர் மூலம் அனுப்பலாம். இந்த இல்லத்தினை பார்வையிட்டும் உதவி செய்யலாம்.



The United Physically Handicapped School

(an Institution for orphaned disabled children)

96, Sathy Main Road, Kurumbapalayam, Coimbatore-641 107.
Tamil Nadu. INDIA Phone : 91-422-2667578, 2667636. www.unitedhandicapped.org

"ஊனமுற்றோர்களுக்கு செய்யும் தொண்டு! இறைவனுக்கு செய்யும் தொண்டு!"

* Donations are Tax exempt



நமஸ்கரித்தல் ஓர் அழகான அர்த்தமுள்ள பண்பாடு. எல்லாவற்றையும் படைத்துக் காத்து அழிக்கின்ற அளவற்ற ஆற்றலின் முன்னே நாம் ஒன்றுமில்லை என்ற பணிவின் வெளிப்பாடுதான் பணிதல்.

நவராத்திரி ஒன்பது நாளும் வேறெந்தப் பூஜையையும் செய்ய இயலாதவர்கள் இந்த நமஸ்காரத் துதியைச் சொல்லி ஒருமுறை வணங்கினாலும் போதும். பணிவே உயர்வைத் தரும் என்பதைப் பலனாகக் காணலாம்!

1. எல்லா உயிர்களிடத்தும் விஷ்ணு மாயையாய் விளங்கும்
அன்னையை வணங்குகிறோம் ||
2. எல்லா உயிர்களிடத்தும் உள்ளுணர்வாய் விளங்கும்
அன்னையை வணங்குகிறோம் ||
3. எல்லா உயிர்களிடத்தும் அறிவாக ஒளிரும்
அன்னையை வணங்குகிறோம் ||
4. எல்லா உயிர்களிடத்தும் உறக்கமாக விளங்கும்
அன்னையை வணங்குகிறோம் ||
5. எல்லா உயிர்களிடத்தும் பசியாக விளங்கும்
அன்னையை வணங்குகிறோம் ||
6. எல்லா உயிர்களிடத்தும் மறு உருவாக விளங்கும்
அன்னையை வணங்குகிறோம் ||
7. எல்லா உயிர்களிடத்தும் சக்திவடிவாக விளங்கும்
அன்னையை வணங்குகிறோம் ||
8. எல்லா உயிர்களிடத்தும் வேட்கையாகவிளங்கும்
அன்னையை வணங்குகிறோம் ||
9. எல்லா உயிர்களிடத்தும் பொறுமை வடிவாக உறையும்
அன்னையை வணங்குகிறோம் ||
10. எல்லா உயிர்களிடத்தும் இனங்களாய் உறையும்

அமெரிக்காவில் குடியிருக்கும் எனது மகன் ஸ்ரீநிவாச ராகவன் தமது இல்லத்தில் ஒவ்வொரு வாரமும் குத்துவிளக்கு அலங்காரத்தை விதவிதமாகச் செய்து வழிபடுகிறார். அதில் ஒரு புகைப்படத்தை வாசகச் சகோதரிகளின் பார்வைக்காகச் சமர்ப்பிக்கிறேன்.

- பானுமதி ராமசாமி

அன்னையை வணங்குகிறோம் ll
11. எல்லா உயிர்களிடத்தும் நாண வடிவாக உறையும் அன்னையை வணங்குகிறோம் ll
12. எல்லா உயிர்களிடத்தும் அமைதி வடிவாக உறையும் அன்னையை வணங்குகிறோம் ll
13. எல்லா உயிர்களிடத்தும் நம்பிக்கை வடிவாக உறையும் அன்னையை வணங்குகிறோம் ll
14. எல்லா உயிர்களிடத்தும் ஒளிமயமாக விளங்கும் அன்னையை வணங்குகிறோம் ll
15. எல்லா உயிர்களிடத்தும் செல்வ வடிவில் உறையும் அன்னையை வணங்குகிறோம் ll
16. எல்லா உயிர்களிடத்தும் வளர்ச்சியாக விளங்கும் அன்னையை வணங்குகிறோம் ll
17. எல்லா உயிர்களிடத்தும் நினைவாற்றலாக விளங்கும் அன்னையை வணங்குகிறோம் ll
18. எல்லா உயிர்களிடத்தும் கருணையாக விளங்கும் அன்னையை வணங்குகிறோம் ll
19. எல்லா உயிர்களிடத்தும் மனநிறைவாக விளங்கும் அன்னையை வணங்குகிறோம் ll
20. எல்லா உயிர்களிடத்தும் தாய்வடிவில் உறையும் அன்னையை வணங்குகிறோம் ll
21. எல்லா உயிர்களிடத்தும் பிரமையாக விளங்கும் அன்னையை வணங்குகிறோம் ll
22. எல்லா உயிர்களிடத்தும் புலன்களை ஆள்பவளாய் எங்கும் எல்லாப் பொருட்களிலும் விரவி நிற்கின்றவளாய் இவ்வுலகனைத்திலும் உள்ளுணர்வாய் விளங்கிடும் மகத்தான ஆற்றல் மிக்க அன்னையை வணங்குகிறோம்! வணங்குகிறோம்! வணங்குகிறோம்!!

நவராத்திரியில் துதிக்கக்கூடிய முப்பெரும் தேவியரை பாரதி பாடியுள்ள பாடல்களைப் படித்தாலே வீரம், கல்வி, செல்வம் அனைத்தும் வந்து சேரும்.

மூன்றும் ஒன்றாகிய சக்தி

மாதா பராசக்தி வையமெலாம் நீ நிறைந்தாய்
ஆதாரம் உன்னையல்லால் யார் எமக்குப் பாரினிலே
ஏதாயினும் வழி நீ சொல்வாய் எமதுயிரே

அன்னையை வணங்குகிறோம்!



பூஜையில் செய்யப்படும் 16 வகை உபசாரங்கள்

மனதில் இறைவனை நிறுத்தி...

1. ஆசனத்தில் அமரச் செய்வது, 2. பாதங்களை நீரால் தூய்மைப்படுத்துவது, 3. தூய நீரைத் தருவது (அகத் தூய்மை), 4. தூய நீரைத் தெளிப்பது (புறத்தூய்மை), 5. தேன் முதலியவை சமர்ப்பிப்பது, 6. நீராட்டல், 7. நீராட்டி முடித்துத் தூய நீரைத் தருவது, 8. ஆடைகள் அணிவிப்பது, 9. அணிகலன்களைப் பூட்டுவது, 10. சந்தனம், மஞ்சள் அரிசியால் அலங்கரிப்பது, 11. மலர் தூவுவது, 12. தூபம் இடுவது (சாம்பிராணி), 13. நெய் தீபம் காட்டுவது, 14. நிவேதனம் செய்வது, 15. தாம்பூலம் அளிப்பது, 16. கற்பூர ஆரத்தி காட்டுவது.

வேதாவின் தாயே மிகப் பணிந்து வாழ்வோமே!
வாணி சரஸ்வதி - கலைமகள்
வாணி கலைத் தெய்வம் மணிவாக்கு உதவிடுவாள்
ஆணிமுத்தைப் போலே அறிவு முத்து மாலையினாள்
காணுகின்ற காட்சியாய்க் காண்பதெல்லாம் காட்டுவதாய்
மாணுயர்ந்து நிற்பாள் மலரடியே சூழ்வோமே!
ஸ்ரீதேவி லக்ஷ்மி - அலைமகள்
பொன்னரசி நாரணனார் தேவி புகழரசி
மின்னு நவரத்தினம் போல் மேனியழகுடையாள்
அன்னையவள் வையமெல்லாம் ஆதரிப்பாள் ஸ்ரீதேவி
தன்னிரு பொற்றாளே சரண் புகுந்து வாழ்வோமே!
துர்கா பார்வதி - மலைமகள்
மலையிலேதான் பிறந்தாள் சங்கரனை மாலையிட்டாள்
உலையிலே ஊதி உலகக் கனல் வளர்ப்பாள்
நிலையில் உயர்த்திடுவாள் நேரே அவள் பாதம்
தலையிலே தாங்கித் தரணிமிசை வாழ்வோமே!

- கமலா

திருமகளே போற்றி!

108 திவ்யதேசத் தாயார் சிறப்புத் தகவல்:

நின்று அருளும் 'நித்யஸ்ரீ'



தென்பாண்டி நாட்டில் சிவகாசிக்கருகே விளங்கும் திருத்தலம் திருத்தங்கல். எம்பெருமான் நமக்குப் புத்துயிர் அளிக்கும் குளிர்காற்றாகத் தண்காலப்பனாக விளங்குகிறார்.

அன்னநாயகி, அநந்தநாயகி, அம்ருதநாயகி, ஜாம்பவதி ஆக நாச்சியார் நால்வர் அருளும் இத் தலத்தின் மற்றுமொரு சிறப்பாகப் பெரிய திருவடி (கருடாழ்வார்) கையிலே சர்ப்பமும், அம்ருதகலசமும் ஏந்தியிருப்பதைக் காணலாம்.

தவயோகிகளும், முனிவர்களும் வேண்டியதன் பேரில் 'ஸ்ரீ' ஆன திருமகள் இவ்வூரிலேயே என்றும் நிலைத்து நின்று அருளுகிறாள். உலகெங்கும் 'திரு'தங்க வேண்டுவோம்!



விழா மங்கை

துணுக்கு ராணி!

"முதன் முதல் மங்கையர் மலரில் 5 ரூபாய் பரிசு பெற்ற போது அந்தத் தொகை எவ்வளவாக இருந்தால் என்ன? முதன் முதல் என் எழுத்தை அச்சில் பார்த்த போது ஏற்பட்ட சந்தோஷத்திற்கு ஈடாகாது. என் மகிழ்ச்சியை சொல்லவோ எழுதவோ முடியாது. எழுத்துதான் என் மூச்சு. என் இளமைக்கும் காரணம்!" - என்று சொல்லும் துணுக்கு ராணி எஸ். விஜயா சீனிவாசன் எழுதிய துணுக்கு பிரசுரமான வருடமும், அவர்தாம் பெற்ற பரிசுத் தொகையும் சில :

பிப்ரவரி	- 1980 -	ரூ. 5.00
நவம்பர்	- 1981 -	ரூ. 5.00
மார்ச்	- 1981 -	ரூ. 5.00
நவம்பர்	- 1982 -	ரூ. 10.00
பிப்ரவரி	- 1982 -	ரூ. 5.00
பிப்ரவரி	- 1982 -	ரூ. 5.00
டிசம்பர்	- 1982 -	ரூ. 10.00
ஆகஸ்ட்	- 1982 -	ரூ. 5.00
செப்டெம்பர்	- 1982 -	ரூ. 5.00
செப்டெம்பர்	- 1982 -	ரூ. 5.00
மே	- 1982 -	ரூ. 5.00
மார்ச்	- 1983 -	ரூ. 10.00
மே	- 1983 -	ரூ. 10.00
பிப்ரவரி	- 1984 -	ரூ. 10.00
பிப்ரவரி	- 1994 -	ரூ. 3.00
ஏப்ரல்	- 1984 -	ரூ. 10.00
ஜூலை	- 1984 -	ரூ. 10.00
மார்ச்	- 1984 -	ரூ. 10.00
ஜூலை	- 1984 -	ரூ. 10.00
ஜூலை	- 1984 -	ரூ. 10.00
ஏப்ரல்	- 1984 -	ரூ. 10.00
ஜூன்	- 1984 -	ரூ. 10.00
செப்டெம்பர்	- 1984 -	ரூ. 10.00
நவம்பர்	- 1984 -	ரூ. 10.00
டிசம்பர்	- 1984 -	ரூ. 5.00
பிப்ரவரி	- 1985 -	ரூ. 5.00
மார்ச்	- 1985 -	ரூ. 5.00
அக்டோபர்	- 1985 -	ரூ. 10.00
அக்டோபர்	- 1985 -	ரூ. 10.00
நவம்பர்	- 1985 -	ரூ. 10.00
நவம்பர்	- 1985 -	ரூ. 10.00
டிசம்பர்	- 1985 -	ரூ. 10.00
ஜனவரி	- 1986 -	ரூ. 5.00
பிப்ரவரி	- 1986 -	ரூ. 10.00
ஏப்ரல்	- 1986 -	ரூ. 10.00
ஏப்ரல்	- 1986 -	ரூ. 10.00
ஜூன்	- 1986 -	ரூ. 10.00
அக்டோபர்	- 1986 -	ரூ. 5.00
டிசம்பர்	- 1986 -	ரூ. 5.00
ஜனவரி	- 1987 -	ரூ. 10.00
பிப்ரவரி	- 1987 -	ரூ. 5.00
டிசம்பர்	- 1988 -	ரூ. 10.00
டிசம்பர்	- 1989 -	ரூ. 10.00
டிசம்பர்	- 1992 -	ரூ. 10.00
பிப்ரவரி	- 1994 -	ரூ. 10.00
மார்ச்	- 1996 -	ரூ. 10.00
ஆகஸ்ட்	- 1996 -	ரூ. 10.00
ஜூன்	- 1997 -	ரூ. 10.00
டிசம்பர்	- 1997 -	ரூ. 10.00
செப்டெம்பர்	- 1998 -	ரூ. 15.00
அக்டோபர்	- 1999 -	ரூ. 20.00
ஜனவரி	- 2000 -	ரூ. 25.00
பிப்ரவரி	- 2003 -	ரூ. 25.00
டிசம்பர்	- 2003 -	ரூ. 30.00
செப்டெம்பர்	- 2004 -	ரூ. 30.00

- எஸ். விஜயா சீனிவாசன்.

சிட்டி யூனியன் பேங்க்ல

நான் அக்கவுண்ட் தொடங்கி
கொஞ்ச நாள்தான் ஆகுது. ஆனாலும்....



- **100 வருட பாரம்பரியம்**
- **அதிநவீன தொழில்நுட்ப செயல்முறைகள்**
- **ஒவ்வொருவர் மீதும் தனிப்பட்ட கவனம்**

OVER 100 YEARS
CUB
TRUST AND TRADITION

சிட்டி யூனியன் பாங்க் லிட்.

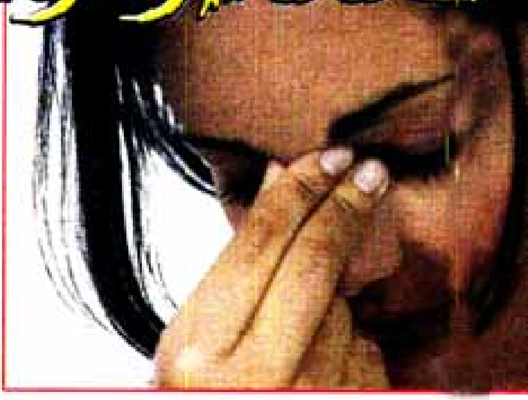
பதிவு அலுவலகம் : கும்பகோணம் - 612 001, தமிழ்நாடு.
போன் : 0435-2432322 ஃபேக்ஸ் : 0435-2431746
E-mail : csd@cityunionbank.com
Website : http://www.cityunionbank.com

வாழ்க்கை முழுவதும் உங்களுடன்!

• Internet Banking • Any Branch Banking • ATMs • Electronic Money Transfer

மனத்தைப் பிழியும் உண்மைச் சம்பவம்

கருவைத் தாக்கிய



அந்தக் காலத்தில் இல்லாத எவ்வளவோ மருத்துவ வசதிகளும், சயின்ஸ் முன்னேற்றங்களும் இருக்கின்ற இக்காலத்திலும் குறைபாடுள்ள குழந்தைகள் பிறக்காமலில்லை. பிறந்த குழந்தை குறைபாட்டுடன் இருப்பதைக் காணும் சிலர், 'ஏன் நீங்கள் அந்த டெஸ்ட் செய்து கொள்ளவில்லையா?' 'இந்த டெஸ்ட் செய்து கொள்ளவில்லையா?' என்று கேட்கும்பொழுது நம் மருத்துவர் ஏன் நமக்கு முன்பே அட்வைஸ் செய்யவில்லை?' என்று வருத்தப்படவும் வைக்கிறது. 'தலையில் என்ன எழுதி இருக்கிறதோ அதுதான்' என்று முத்தாய்ப்பு வைத்தாலும் முற்றுப்புள்ளி இல்லாமல் சுமாவாகத் தொடருகின்றன வேதனைகள். எந்தத் தாயையும், இல்லையில்லை குடும்பத்தாரையும் விட்டு வைப்பதில்லை இந்தத் துன்பம்.

நான் கருவுற்றிருந்த காலத்தில் என் கற்பனைக் கனவுகளை 'வைரஸ்' என்கிற கோர அரக்கன், கருவறையிலேயே கல்லறை சமைத்த சங்கடத்தை உங்களுடன் பகிர்ந்து கொள்வதோடு, அன்பு சகோதரிகளுக்கு இதைப் பற்றிய ஒரு விழிப்புணர்வும் உண்டாக்கவே இவ்வுண்மைக் கட்டுரை.

எனக்கு நான்கு வயதில் நல்ல நிலையில் ஓர் ஆண் குழந்தை இருக்கும் சமயத்தில் இரண்டாவதாக 'உண்டாகி' இருந்தேன். நாற்பது நாட்களில் மருத்துவர் உறுதிசெய்த பிறகு, அவர் ஆலோசனைப்படி மேற்கொள்ள வேண்டிய அனைத்து டெஸ்ட்டுகள், ஸ்கேன்கள் முடித்துக் கொண்டேன். எல்லா ரிப்போர்ட்டிலும், எந்தக் குறையும் இல்லாமல் திருப்திகரமான ரிசல்டே வந்தன. குறிப்பிட்ட நாளில் 'சிசேரியன்' மூலம் ஓர் அழகான பெண் மகவையும் பெற்று எடுத்தேன்.

பெண் குழந்தை என்றதும் கலர் கலராக ப்ராக்குகளையும், பட்டுப் பாவாடைகளையும் கற்பனையிலேயே போட்டுப் பார்த்து போனிடெயில் தலைப் பின்னி, பூச்சூடி அழகு பார்த்தேன்.

மூன்று, நான்கு மாதங்கள் கழிந்தன. அந்தச் சமயத்தில் குப்புறக் கவிழ்தல் போன்ற வயதிற்கேற்ற எந்தவித விளையாட்டு முன்னேற்றமும் இல்லாமல் போனது மட்டும் அல்லாது, தலையும் காலும் பின்புறமாக வளைந்து 'ஆர்ச்சிங்' என்று கூறப்படும் பாதி வட்ட வடிவில் 'வில்' போன்று உடலை வளைக்க ஆரம்பித்ததைக் கண்ட எங்களுக்கு அப்பொழுதுதான் ஏதாவது கோளாறாக இருக்குமோ என்று எண்ணத் தோன்றியது. உடனே, ஒடு டாக்டரிடம், ஒருவர், இருவர் அல்லாமல் நான்கைந்து டாக்டர்களிடம் காட்டியதில், 'உங்கள் குழந்தைக்கு பதினைந்து நாட்களுக்கு உண்டான மூளை, உடல் வளர்ச்சிதான் இருக்கிறது. ஆகையால் பல டெஸ்டுகள் செய்ய வேண்டும்'' என்றுகூறி, ஒரு முழ நீள லிஸ்ட் எங்களிடம் தரப்பட்டது. அதன்

'வைரஸ்' அரக்கன்!

படி பல டெஸ்ட்டுகள் செய்ததில் 'TORCH' (ஒவ்வொரு எழுத்தும் ஒரு வைரஸ்ஸை குறிக்கும்) என்ற டெஸ்ட்டில் 'C' என்கிற எழுத்தில் ஆரம்பிக்கும் 'சைட்டோ மெக்லா வைரஸ்' என்னும் பெயருடைய தொற்று பாதித்திருப்பது தெரியவந்தது.

இந்த வைரஸ், பிறந்த பிறகு குழந்தையை பாதிக்கவில்லையாம். நான் குழந்தையை சுமந்திருந்த சமயம் கருவிலேயே பாதித்து விட்டிருக்கிறது. அந்தப் பாதிப்பினால் தாய்க்கு எந்தவித அறிகுறியும் தெரியாதாம்.

இதில் கொடுமை என்னவென்றால், மூளையின் ஒரு பகுதியைப் பாதித்த அந்த வைரஸின் சேஷ்டையினால் என் குழந்தையின் சிறுநீரகம், (இன்னும் இருதயம் கூட பாதிக்கப்பட்டிருக்கலாம். இனிமேல்தான் தெரியும்) பாதிக்கப்பட்டிருக்கிறது. ஐந்து வயதான பெண் குழந்தை இன்னும் சரியாக நடக்க ஆரம்பிக்கவில்லை. சிறுநீர், மலம் கழிப்பதை சொல்லத் தெரியவில்லை. பேச்சு வரவில்லை. தினமும் நூற்றுக் கணக்கில் செலவழித்து, ஃபிசியோ தெரபி, ஆக்குபேஷனல் தெரபி, ஸ்பீச் தெரபி ஆகியவை கொடுக்கிறோம். எதிர்பார்த்த பலன் என்பது இல்லையென்றாலும், ஓரளவாவது இருக்கிறது என்கிற நம்பிக்கையின் பேரில் நாட்களை ஓட்டி வருகிறோம்.

இந்நிலையில் குழந்தையை அடிக்கடி மருத்துவமனை, ட்ரீட்மெண்ட் என்று நான்கு வருடங்களாகக் கொடுத்து வருவதைப் பார்த்து வரும் என் மூத்த மகன், சிறிது நாட்களாக மனநிலை பாதிக்கப்பட்டவன் போல் காணப்படுகிறான். பேசுவதே இல்லை. பள்ளியில் அவனுடைய ஆசிரியை அவனைக் கண்காணிக்கும்படி கூறியதால் அவனையும் ஒரு மனநல மருத்துவரிடம் அழைத்துச் சென்றோம். வீட்டுச் சூழ்நிலையில் அச்சிறுவன் மனதளவில் பாதிக்கப்பட்டிருப்பதாகக் கூறிய மருத்துவர், அவனுக்கு எதிரில் பாதிக்கப்பட்டிருக்கும் குழந்தையைப் பற்றிப் பேசுவதோ, வைத்தியம் செய்வதோ கூடாது என்று கூறினார். இப்பொழுது, அவனை மனதில் கொண்டு சென்னையின் இந்த மூலைக்கும், அந்த



சிரிப்பு மருந்து!



நியூயார்க்கிலுள்ள 'பெல்லவ்யூ' என்ற மருத்துவமனையில் ஒரு வழக்கம். இது ஒரு குழந்தை மருத்துவமனை. நோயுற்ற குழந்தைகளுக்கு சர்க்கஸ் கம்பெனியிலிருந்து கோமாளிகளை வரவழைத்து சிரிப்பு நிகழ்ச்சிகளை நடத்துகிறார்கள். இதன் மூலம் நோயுற்ற குழந்தைகள் மகிழ்ச்சி அடைகிறார்கள். விரைவில் குணமாகி வீடு திரும்புகின்றனர்.

மருந்துகளை விட சிரிப்பு என்னும் மருந்து சீக்கிரம் நோய்களைக் குணப்படுத்துகிறது என்பதைக் கண்டுபிடித்துள்ளார்கள்.

- எஸ். விஜயா சீனிவாசன்.

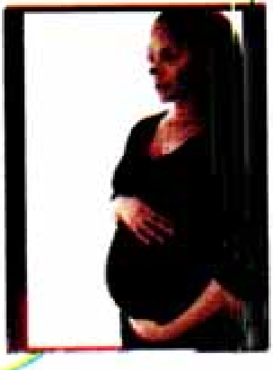
மூலைக்கும் அப் பெண்ணைத் தூக்கிக் கொண்டு ஓடுகிறேன். அவன் பள்ளி விட்டு வீடு திரும்பும் முன் பறவைக் கூட்டில் அடைவது போல் அடைந்து விடுகிறேன்.

அந்தப் பெண்குழந்தை எதிர்கொள்ளும் உடல் உபாதைகளுக்கு மனதைத் தளரவிடாமல் கல்லாக்கிக் கொண்டு சிகிச்சை செய்து வருகிறோம். இது போதாதென்று மருத்துவர், ஜீரணிக்க முடியாத கசப்பான உண்மையை இடியாக இறக்கியிருக்கிறார். அதாவது இப்பொழுது இயங்கி வரும் ஐம்புலன்களும் இப்படியேதான் வேலை செய்யும் என்று நம்பிக்கை கொள்ள வேண்டாம். எது வேண்டுமானாலும், எந்த வயதிலும் செயலிழக்கலாம் என்பதுதான்.

எல்லாம் தலைவிதி பிரகாரம்தான் நடக்கும் என்று மனதை நானே தேற்றிக் கொள்வது ஒருபுறம். 'இந்த மாதிரிக் குழந்தையை இந்தத் தம்பதியினரால்தான் பார்த்துக் கொள்ள முடியும் என்று ஆண்டவனே உங்களிடம் அனுப்பியிருக்கிறான்' என்று 'அஞ்சலி' பட வசனம் பேசும் மக்களின் முன்பு அசட்டுச் சிரிப்புடன் சமாளிப்பு மறுபுறம். இப்படியாக நாட்களை நகர்த்தித்தான் வருகிறேன் தாய்மையின் நம்பிக்கையுடன்!

- ஒரு தாய்

கர்ப்பிணிகள் கவனத்திற்கு...



கர்ப்பிணிகள் 4ம் மாதத்தில் இருந்து இடதுபக்கமாகவே ஒருக்களித்துப் படுக்க வேண்டும். 5 நிமிடத்திற்கு மேல் மல்லாந்து படுக்கக் கூடாது. ஒரே பக்கமாகப் படுக்கக் கடினமாக இருந்தால் வலது பக்கமாக சிறிது நேரம் படுக்கலாம். அடிக்கடி புரண்டு படுக்கக் கூடாது. கொடி சுற்றிக் கொள்ளும். மருத்துவரீதியாக இடதுபக்கம் படுப்பதே சிறந்தது. குழந்தைக்கு சீரான சுவாசமும், இரத்த ஓட்டமும் அப்போதுதான் கிடைக்கும்.

- ஜுமானா ஜுல்பிகார்.

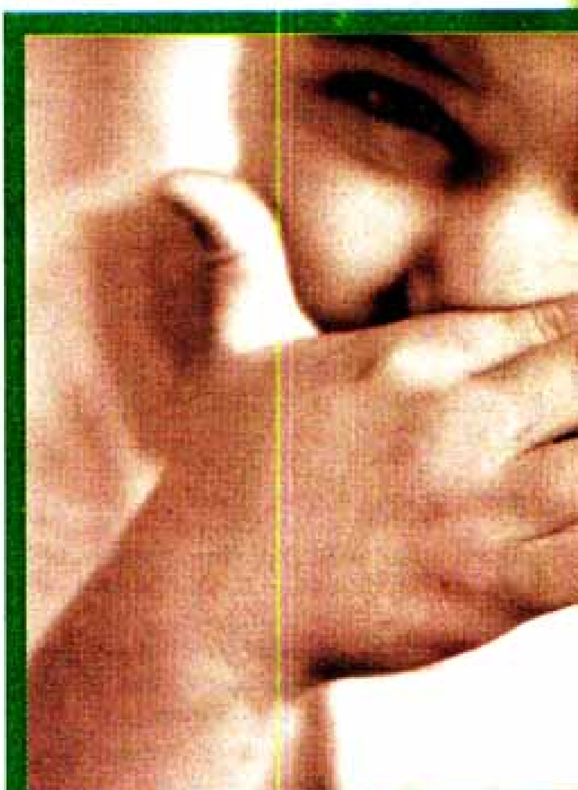
அம்மா சொல்லுங்களேன்!

ரேவதி சங்கர்

கோமதி முத்துகிருஷ்ணன், புழுதிவாக்கம்.

மூக்கு காய்ந்து இருக்கிறது. ரொம்ப இம்சையாக உள்ளது. வைத்தியம் ஏதாவது சொல்லுங்களேன்...

பொதுவாக 'வீட்டில் உள்ள செல்ல நாய்க்கு மூக்கு உலர்ந்திருந்தால் அதற்கு ஜுரம் என்று தெரிந்து கொள்ளுங்கள்' என்று கால்நடை மருத்துவர் கூறுவார். அது போல நமக்கு மூக்கின் உட்புறம் வறவற என்று காய்ந்து விட்டால் அதிக உடல் சூட்டினால் மூச்சுக்குழலில் ஈரப்பசை காய்ந்து விட்டது என்று அர்த்தம். எனவே, உடனடியாகச் சிறிது நல்லெண்ணெயை உள்ளங்கைகளில் எடுத்துக் கொண்டு விரல் நுனியால் மூக்கின் உட்பறம் மெதுவாகத் தடவவும். அப்போது மூச்சு இழுக்கும் போது இலேசாக உள்ளேயும் போகும். இதைத் தொடர்ந்து மூன்று நாட்கள் செய்தால் சரியாகி விடும். கிராமங்களில் மஞ்சளைச் சுட்டுக் கரியாக்கி அதை வேப்ப எண்ணெயில் குழைத்துத் தடவுவார்கள். மூக்கைப் பலமாக அடிக்கடி சிந்துவதாலும், காற்றிலிருக்கும் தூசியைத் தடுத்து வடிகட்டுவதற்காக இயற்கையாக அமைந்துள்ள ரோமங்களைக் கத்தரிப்பதாலும் மூக்கு வறண்டு விடும்.



ராஜி, சென்னை.

எனக்குக் கண்களுக்குக் கீழ் குழி போன்று உள்ளது. ஆனால், எனக்கு கன்னங்கள் நன்றாக உள்ளன. இந்தக்குழி போன்று உள்ளதை போக்க இயலாதா?

மேலும், எனக்கு கண்களுக்குக் கீழ் கறுப்பாக உள்ளது. அதனை நீக்க என்ன வழி?

கண்களுக்குக் கீழே குழியாக இருப்பது இயற்கையில் அமைந்தது. அது போல் கண்ணுக்குக் கீழே சிலருக்குப் பை போல் இருக்கும். இதற்காகக் கவலைப்பட வேண்டாம். சரியாக உறக்கம் இல்லாவிட்டால் கண்களுக்கு அடியில் கறுப்பு வளையங்கள் ஏற்படும். அதற்குக் கெட்டித்

சங்கடம் தரும் வியர்வை நாற்றம்!



நவராத்திரி காலத்தில் ரங்கோலி போடும் போது ஒரு பாக்கெட் ஜிகினாத் தூளையும் கலர்ப் பொடியுடன் கலந்து தாம்பாளத்தில் ரங்கோலி வரைந்து கலர்ப் பொடியைத் தூவி கொலுவின் முன் வையுங்களேன். உங்களைப் புகழாமல் இருக்க மாட்டார்கள்.

- வி. ராஜம் ராமன்.

தயிரில் பயத்த மாவும் அரைத்த கசகசாவையும் குழைத்துப் பூசி வந்தால் நல்ல குணம் தெரியும். இரவில் தடவி வைத்து காலையில் கழுவலாம்.

கீதா, மைலாப்பூர்.

என் இரண்டு கால் பாதங்களிலும் 'ஆணி' உள்ளது. இதற்கு ஏதாவது மருந்து உண்டா?

முதலில் செருப்பை மாற்றுங்கள். ஆணி தானாக ஏற்படாது. அணியும் செருப்பினால் ஏற்படும். நடக்கும் போது பாதங்களில் நீங்கள் தரும் அழுத்தம் மாறு பட்டால், எந்த இடத்தில் அதிகமான அழுத்தம் தருகிறீர்களோ அங்கு உள்ள தோல் தடித்து விடும். அதனால் வலி ஏற்படும். அதைத்தான் கால் ஆணி என்கிறோம். சில சமயங்களில் செருப்புப் போடாமல் சிறு கற்களின் மீது எசகு பிசகாகக் காலை வைத்து அழுத்தி விட்டாலும் அந்த இடத்தில் தடித்து வலிக்கும். மருதாணி இலையுடன், மஞ்சள், வசம்பு சேர்த்து அரைத்து வெற்றிலையில் வைத்து ஆணி மீது தடவி துணியால் கட்டி விட வேண்டும். மூன்று நாள் செய்தாலே குணம் தெரியும்.

லலிதா, அரும்பாக்கம்.

எனக்கு அடிக்கடி கை நடுங்குகிறது. டாக்டரிடமும் காண்பித்து விட்டேன். ஒன்றும் இல்லை என்கிறார்கள். பயம் என்றும் சொல்வதற்கு இல்லை.

நரம்புத் தளர்ச்சியால் கை நடுங்கும் என்பார்கள். அந்தக் கால வைத்தியம் என்ன தெரியுமா? கண்ணை மூடி ஜப மாலையை உருட்டியபடி மன அமைதிக்காக தெரிந்த மந்திரத்தைச் சொல்லுவது தான், மனக்குழப்பம், பதற்றம் இவற்றைத் தவிர்த்தாலே கைநடுங்குவது நின்று விடும். சிறிய வெங்காயத்தை நறுக்கிப் பனங்கற்கண்டைச் சேர்த்து வதக்கி வெறும் வயிற்றில் காலையில் சாப்பிடலாம். நிலக்கடலை நரம்புத் தளர்ச்சிக்கு நல்ல வைத்தியம் என்றுதான் அந்தக் கால பல்லில்லாத பெரியவர்கள் கூடக் கடலை உருண்டையை வெற்றிலை உரலில் இடித்தாவது சாப்பிடுவார்கள். தினமும் இரண்டு வேளையும், வெற்றிலைச் சாறு ஒரு தேக்கரண்டி, தேன் ஒரு தேக்கரண்டி கலந்து சாப்பிட்டால் நல்ல குணம் தெரியும். மனதை சாந்தப்படுத்துங்கள்.

மாலதி ரவிச்சந்திரன், மயிலாடுதுறை.

மாதவிலக்கு சமயங்களில் வெளியில் செல்லும் போது பூ வைத்து செல்லக் கூடாது என்று சொல்கிறார்களே, அது ஏன்? விஞ்ஞானரீதியில் ஏதாவது காரணம் உண்டா? சற்று விளக்கிக் கூறவும்.

நம் நாட்டில் எது செய்தாலும் அிலே உள்ளே ஒரு உண்மை இருக்கும். மாத விலக்குக் காலத்தில் பெண்களது உடலில



● அன்னை வடிவில்
ஆருயிர்களைக் காத்திடும் சக்தியைப் போற்றுகிறோம்! இதுவே தாய்மைச் சிறப்பிதழின் கரு! தாய்மையைப் போற்றும் வகையில் இந்த இதழின் பெட்டகம் 2 அட்டையை அலங்கரிப்பது தூய மரிய அன்னையும் குழந்தை ஏசுவும்!

- ஆர்.

ஏற்படுகின்ற மாறுதல்களால் ஹிஸ்டீரியா போன்ற நோய்கள் வரும் அளவுக்கு உடலளவிலும் மன அளவிலும் மிகவும் பலவீனமாக இருப்பார்கள். அதற்காகத் தான் ஓய்வு தந்தனர். அந்த நேரத்தில் சூடினால், பூக்களும் தன் மணம் மாறும் என்று சொன்ன போது நம்புவதா வேண்டாமா என்று எனக்குத் தோன்றியது. ஆனால், ஒரு அமெரிக்கப் பெண்மணி என்னிடம், "அந்த மூன்று நாட்களிலும் நாங்கள் ஜாம், மார்மலேடு, சாஸ் செய்தாலும், வைன் தயாரித்தாலும் பூஞ்சைக் காளான் பிடித்து விடுகிறது. தவிர, பூக்களைப் பறித்து அலங்கார ஜாடியில் வைத்தாலும் விரைவில் மணம் இழந்து வாடி விடும்" என்ற போது, எல்லா நாட்டிலும் பாட்டி சொல்லைத் தட்டாமல் இருப்பதுதான் சிறந்தது என்று புரிந்து கொண்டேன்.

கே. வத்சலா, பூனே.

சில நாட்களாக என் கணவரிடம் வியர்வை நாற்றம் ஒருவித துர்வாடையுடன் வீசுகிறது. மின்விசிறி இயங்கும் போது அவர் இருந்தால் அந்த வாடை வீடு முழுவதும் பரவி சங்கடத்தை உண்டு பண்ணுகிறது. (விலையுயர்ந்த பவுடர், ஸ்பிரே பவுடர் எல்லாம் அடித்தும் பயனில்லை) இப் பிரச்னை தீர வழி கூறுங்களேன்...

உங்களுடைய சங்கடம் நன்றாகப் புரிகிறது. உங்கள் அவர் வெளியில் போய் விட்டு வந்ததும் வியர்வையோடு ஃபான் அடியில் அமரக் கூடாது. பருத்தித் துணிகளைத் தவிர வேறு டெரிலீன் போன்ற துணி வகைகளைத் தவிர்க்க வேண்டும். போட்ட சட்டையையே மீண்டும் மீண்டும் போடக் கூடாது. இது பல ஆண்களுக்குத் தெரிவதில்லை. உள்ளாடைகளைத் துவைக்கும் போது சிறிது டெட்டால் கலந்து அலசவும். பவுடர் வியர்வைத் துவாரங்களை அடைத்து விடும். ஒரு நாளைக்கு இரண்டு மூன்று முறை குளிக்க வேண்டும். (பூனாவில்தான் தண்ணீர்க் கஷ்டம் இல்லையே!) கைக்கூடியில் அதிகம் முடி சேர விடக் கூடாது. ஜாதி மல்லி நல்ல மருந்து. ஜாதிமல்லிப் பூவை நிழலில் உலர்த்திப் பொடி செய்து பயத்த மாவுடன் கலந்து தேய்த்துக் குளிக்கச் சொல்லவும். அரைத்த கண்டங்கத்திரி இலையோடு நல்லெண்ணெய் கலந்து பூசி சீயக்காய்த் தூளினால் தேய்த்துக் குளிக்கலாம். யூடிகொலோன் பயன் படுத்தலாம்.

பொ. கணேசன், திண்டுக்கல்.

'யூடிகோலோன்' கேட்டு திருச்சி, மதுரை, திண்டுக்கல் முதலிய பல இடங்களில் கடை கடையாக அலைந்து கேட்டேன். 'யூடிகோலோன் அப்படி ஒன்று நாங்கள் இதுவரை கேள்விப்பட்டது இல்லை' என்கின்றனர். எனவே 'யூடிகோலோன்' எந்த மாதிரி கடையில் கிடைக்கும் அல்லது வேறு எங்கு கிடைக்கும்?

அடக்கடவுளே! மூன்று வருடங்களாக யூடிகோலோன் கிடைக்காமல் இருக்கிறீர்களா? ஆங்கிலத்தில் EuDe Cologne என்று எழுதி இருக்கும். சென்ட் வகையில் மிகவும் எளிதாகக் கிடைப்பது. அதில் மென்மையான நறுமணமும் வடிக்கப்பட்ட நீரும் கலந்திருக்கும். பொதுவாக ஜுரம் வந்தால் யூடிகோலோன் சில துளிகள் விட்ட நீரை நெற்றியில் ஒரு கைக்குட்டையில் நனைத்துப் போடுவார்கள். சூடு குறையும். இதை மருந்துக் கடைகளில், அழகு சாதனப் பொருள் கடைகளில் வாங்கலாமே! மேக்-அப் போட்ட முகத்தில் வியர்வையைத் துடைக்கும்

வாசகியரின் பங்குக்கு...

● தோலில் அங்கங்கு தடிப்பாக இருந்தால் பூவன் வாழையை நன்கு மசித்து மேலே தேய்க்கவும். சிறிது நேரம் ஊறியதும் சீயக்காய் போட்டு (அல்லது கடலை மாவு) போட்டும் குளிக்கலாம்.

- எம். கனிமொழி முருகையப்பன், பாண்டிச்சேரி - 11.

● கடுக்காய்ப் பூ என்பது நாட்டு மருந்துக் கடைகளில் கிடைக்கும். அதை நுணுக்கி பசும்பாலில் போட்டுக் காய்ச்சினால் மஞ்சள் நிற பால் கிடைக்கும். அதை ஆறவைத்து குடித்தால் வயிற்றுக் கடுப்பு, சீதபேதி உடனடியாக நின்று விடும். வயிற்றுப் புண், வாய்ப்புண் கூட தொடர்ந்து 4 வேளை சாப்பிட குணமாகி விடும். சற்று துவர்ப்பாக இருக்கும். அதனால் குழந்தைகளுக்கு கொடுக்கும் போது 1 டீஸ்பூன் சர்க்கரை சேர்த்துக் கொடுக்கவும்.

- சிவராமபுரம் டி. லெட்சுமி.

சளி, இருமல், காய்ச்சலுக்கு கஷாயம்...

● பத்து அரிசித் திப்பிலி கொம்புகள், மிளகு ஒரு ஸ்பூன், கடுக்காய்த் தோல் (கொட்டை நீக்கியது)சிறிதளவு, கற்பூரவல்லித் தழை பத்து (ஓமவல்லி என்றும் கூறுவர்) துளசி இலை ஒரு கொம்பு, சிறிது சித்தரத்தை ஆகியவற்றில் மிளகு, கடுக்காய்த் தோல், அதிமதுரம் ஆகியவற்றை ஒன்றிரண்டாகத் தட்டி எடுத்து இரண்டு தம்ளர் நீரில் போடவும். துளசி, கற்பூரவல்லி இலைகளைச் சுத்தம் செய்தபின் போடவும். பனங்கல்கண்டையும் சேர்த்துக் கொதிக்க வைத்து பாதியாகக் குறைந்ததும் இறக்கி வைத்து ஆறியதும் வடிகட்டிப் பயன்படுத்தவும். இருமலும் சளியும் குறைந்து நல்ல உறக்கமும் வரும். (சித்தரத்தை கரும் சிவப்பு நிறத்துடன் கபத்தை மாற்றும். பயப்பட வேண்டாம்.)

- அமிர்தா சுப்ரமண்யம், சேலம்.

துணியிலும் இந்த யூடிகோலானைத் தெளித்துத் தருவார்கள். நம் வியர்வையே ஆனாலும் நாற்றம்தானே! ஒருவேளை உச்சரிப்பு புரியாமல் இருந்திருக்கும்! இந்தப் புத்தகத்தில் உள்ளதைக் காட்டிக் கேளுங்கள்.

வசந்தி கேசவன், ஹோசூர்.

எனக்கு கடந்த 7, 8 ஆண்டுகளுக்கும் மேலாகவே மூட்டுவலித் தொந்தரவு உள்ளது. எல்லாவிதமான மருந்துகள் சாப்பிட்டும் பலனே இல்லை. (அலோபதி, ஹோமியோபதி) அதுவும் கடந்த 2 மாதங்களாக இரு கைகளிலும் உள்ள உள்ளங்கை மூட்டுக்கள், மற்றும் கழுத்து, இடுப்பு, இரு கால்கள் போன்ற இடங்களில் வலி மிகவும் அதிகமாகி துன்பப்படுகிறேன்.

மூட்டுவலி முதுமையின் நண்பன். முதுகு சுவரோடு ஒட்டி இருக்குமாறு தரையில் அமர்ந்து கால்களை நீட்டி அமருங்கள். முழங்கால் எலும்பின் மீது கையை வைத்தபடி அந்த இடத்தை முன்னும் பின்னுமாக இறுக்கிப் பின் தளர்த்துவது நல்ல பயிற்சி. வெறும் வயிற்றில் வாதநாராயணக் கீரை அல்லது லச்சைகொட்ட கீரை, பூண்டு, மிளகு, சீரகம், உப்பு சேர்த்து சூப் செய்து சாப்பிடலாம். நன்னாரி வேரைத் தண்ணீரில் காய்ச்சி, தேன் கலந்து குடிக்கலாம். சுண்ணாம்பைத் துளசிச் சாற்றில் குழைத்து மூட்டுகளில் தடவினால் வலி குறையும்.

முக்கால் வயிற்றுக்கு மட்டுமே சாப்பிட வேண்டும். ஐஸ் மற்றும் எண்ணெய்ப் பதார்த்தங்களும் அறவே வேண்டாம். அந்தக் காலத்தில் வயதானவர்களும் கால்களால் தரையில் அழுத்தி ஊஞ்சலில் அமர்ந்து ஆட்டியது விளையாட அல்ல. முழங்காலுக்குப் பயிற்சியாகத்தான்! சிறுவர்களை விட ஊஞ்சலை அதிகம் பயன்படுத்தியது பாட்டி தாத்தாமார்கள்தான்! என்ன சரிதானே?

கைப்பை பத்திரம்!

இது பண்டிகைக் காலம். ஷாப்பிங், பர்ஸ் எடுக்க என்று கடைகளுக்குக் கிளம்பும் சகோதரிகளே! அதற்கு முன் உங்கள் கவனத்தை இக் கட்டுரையில் செலுத்தி விட்டுச் செல்லுங்களேன்!



பெண்கள் எந்த வயதினராக இருந்தாலும் வெளியே செல்லும் போது ஹேண்ட் பேக் அவசியம் தேவைதான். அதில் எத்தனை பொருள்கள் இருந்தாலும் முக்கியமாகப் பணம் வைத்துக் கொள்வதும் அவசியமாகிறது. அதனால் இந்தக் கைப்பைக்கு பாதுகாப்பும் மிக இன்றியமையாதது! அதற்கான சில யோசனைகள் :

◆ தோளில் தொங்க விட்டுக் கொள்ளும் ஹேண்ட் பேக் ஆக இருந்தால், கையால் கெட்டியாகப் பிடித்துக் கொள்ளுங்கள். பை, பத்திரமாக உள்ளதா என்று அடிக்கடி பார்த்துக் கொள்ளுங்கள். அதற்காக தேவைக்கதிகமான எச்சரிக்கை வேண்டாம். பணம் பத்திரமாக இருக்கிறதா என்று அடிக்கடி தொட்டுப் பார்ப்பது, திருடர்களின் கவனத்தை ஈர்த்து விடும்.

◆ சின்ன பர்சாக இருந்தால் கவனமாகக் கையில் வைத்திருங்கள். பிளாஸ்டிக் கூடையிலோ, பையிலோ மேலாகப் போட்டு வைத்தால் திருடனுக்கு வேலை சுலபமாகி விடும்.

◆ எதையாவது பார்த்துக் கொண்டோ, சிந்தித்துக் கொண்டோ இருக்காதீர்கள். பர்சின் மீதான கவனம் சிதறிவிடக்கூடும்.

◆ பணத்தை பர்சின் பல பகுதிகளில் பிரித்து வைப்பது சிறந்தது.

◆ கடைகளில் சாமான்கள் வாங்கும் போது, பர்சின் மீதும் கவனமாக இருக்க வேண்டும். சாமான்களைப் பார்த்துக் கொண்டே, பர்சைக் கோட்டை விட்டு

மங்கையர் சக்தி மகத்தான சக்தி
மங்கையர் மலர் வெள்ளிவிழா



10-ல் இருக்கு பத்தியம்!

தேனின் செய்கைகள் - மலமிளக்கி - அழுகலகற்றி - கோழையகற்றி - போஷண்காரி - பசிதூண்டி - தூக்கமுண்டாக்கி

1. 10 கிராம் தேன் + குளிர்ந்த நீர் : சளி போக்கும்.
2. 10 கிராம் தேன் + 5 கிராம் சுட்ட சுண்ணாம்பு : விக்கல் போகும்.
3. 10 கிராம் தேன் + மாதுளம் பழச்சாறு : இதய நோய் நீங்கும்.
4. 10 கிராம் தேன் + 10 கிராம் முள்ளங்கி விதை : உடல்பலம் ஏற்படும்.
5. 10 கிராம் தேன் + பசும்பால் : இளைப்பு நோய் நீங்கும்.
6. 10 கிராம் தேன் + கறுப்பு காப்பி (பால் இல்லாமல்) : தலைவலி போகும்.
7. 10 கிராம் தேன் + எலுமிச்சை பழச்சாறு + இஞ்சிச் சாறு : வாந்தி நிற்கும், பசி எடுக்கும்.
8. 10 கிராம் தேன் தினம் ஒருதரம் சாப்பிட்டு வர நிமோனியா டைஃபாய்டு விஷக்காய்ச்சல் நோய்கள் குணமாகும்.
9. 10 கிராம் தேன் + பசும்பால் : சளி காய்ச்சல் போகும்.
10. 10 கிராம் தேன் + வெங்காயச் சாறு : கண் பார்வை அதிகரிக்கும்.

- வி. பத்மா

விடக் கூடாது. பர்ஸ், எப்போதும் கையிலேயிருக்க வேண்டும். ஓட்டல்களிலோ, கடைகளிலோ, நாற்காலியில் கைப்பையைத் தொங்க விடுவதோ, பக்கத்தில் உள்ள காலி நாற்காலியில் வைப்பதோ கூடாது. கவுண்ட்டர்களிலும் வைக்கக் கூடாது. எவ்வளவு செலவாகும் என்பதைக் கணக்கிட்டு தேவையான பணம் கொண்டு சென்றாலே போதும். அளவுக்கதிகமான பணம் எடுத்துச் செல்வதால் டென்ஷன்தான்.

◆ மக்கள் நடமாட்டம் அதிகமில்லாத தெருக்களில் தனியாகச் செல்லக் கூடாது. வெளிச்சம் உள்ள தெருக்களில் நடப்பது பாதுகாப்பு. ஆட்டோவிலோ, பஸ்ஸிலோ சென்றால் இறங்கும் போது பர்ஸ், கைப்பையைப் பத்திரமாக எடுத்துக் கொண்டோமா என்று ஞாபகமாகப் பார்க்க வேண்டும்.

◆ பஸ் அல்லது ரயிலில் பயணம் செல்லும் போது ஜன்னல் அருகே பணப்பையை வைக்காதீர்கள். வெளியிலிருந்து திருடுவது, திருடர்களுக்கு எளிதாகி விடும்.

◆ பயன்படுத்தத் தேவையில்லை என்றால் கிரெடிட் கார்டுகளை எடுத்துச் செல்லாதீர்கள். முக்கியமான முகவரிகள், ஃபோன் நம்பர்கள் இவையும் நம் கைப்பையில் இடம்பெறுவதால், பணத்தோடு இவற்றையும் பத்திரமாகப் பாதுகாக்க வேண்டும்.

◆ முகத்தில் உணர்ச்சிகளைக் காட்டாதீர்கள். பயமோ, பதற்றமோ அளவுக்கு அதிக எச்சரிக்கை உணர்வோ காட்டாமல், சாதாரணமாக இயல்பாக இருக்க வேண்டும்.

◆ நாலைந்து பேராகச் செல்லும்படி நேரிட்டால் தெருவில் அதிகம் பேசிக் கொண்டு நடக்காதீர்கள். பேச்சு சுவாரஸ்யத்தில் பையின் மீதுள்ள கவனம் சிதற இடம் தராதீர்கள். அதுபோலவே, கடைகளில் சாமான் வாங்கும் போதும், மற்ற இடங்களிலும் ஓட்டல், சினிமா தியேட்டர் போல பேச்சைக் குறைத்துக் கொள்ளுங்கள்.

◆ பயணங்களின் போது அதிகம் தூங்காதீர்கள். இரண்டு மூன்று பேராகச் செல்லும் போது ஒருவர் மாற்றி ஒருவர் விழிப்புடன் இருப்பது நல்லது.

◆ முக்கியமாக தைரியம் அவசியம். மனவளமையும் கவனமும் நம்மையும் காக்கும். கைப்பையையும், பத்திரமாகப் பாதுகாக்கும்.

- எஸ். ராஜம்

தாய்மை வெல்க!

அக்டோபர் 2005



சுகமான ஆச்சர்யமூட்டும்

இந்தியாவில் திருமணம். அமெரிக்காவில் பிள்ளை பிறப்பு... அம்மா (பெண்ணின்)க்கள் பிரசவ லேகியத்தை மூட்டைக் கட்டிக் கொண்டு அமெரிக்காவுக்குப் போய் வருவதும் இன்றையக் காலத்தின் கோலமாகி விட்டது. நானும் அப்படி ஒரு சூழ்நிலைக் கைதியானேன் ஒருமுறை! அமெரிக்காவில் நான் அனுபவித்த ஆச்சர்யங்களை உங்களுடன் பகிர்ந்து கொள்ள விருப்பப்பட்டு சில விஷயங்களை எழுதுகிறேன்.

சியாட்டில் (மைக்ரோசாஃப்ட் புகழ், போயிங் புகழ்) எனும் இடத்தில் என் மாப்பிள்ளையும் பெண்ணும் இருக்கிறார்கள். அவளுக்கு முதல் பிரசவம். 2, 3 நாட்கள் ஆரம்ப ஆசுவாசங்களுக்குப் பிறகு, அமெரிக்க வாழ்விற்கு நானும் என்னைத் தயார்ப்படுத்திக் கொண்டேன்.

'ஈ-வயிட்' எனப்படும் 'ஹைடெக் இன்விடேஷன்'களின் மூலம் (மின் அஞ்சல் அழைப்பு) மாப்பிள்ளையின் நண்பர்களெல்லாம் அழைக்கப்பட்டு வளைகாப்பும், சீமந்தமும் இந்திய-அமெரிக்க கலாசாரக் கூட்டுறவு முறைகளின்படி இனிதே நடந்தேறியது. தினமும் பெண்ணும் நானுமாகக் கடை கண்ணிக்குப் போய் வருவோம். அருகிலுள்ள நூலகத்தில் பொழுது போக்குவோம்.

சாலைகளில் அவளுடன் நடந்தால் குறைந்தபட்சம் பத்துப் பேராவது அவளை நிறுத்தி, 'ஓ! ஹௌ கியூட்' யு ஆர் லுக்கிங் ஸோ கியூட்!' என்று சொல்லி வயிற்றைத் தடவிப் பார்க்காமல் போக மாட்டார்கள். ஆரம்

பிரசவமும் அமெரிக்காவும்!

பத்தில் எனக்கு இது மிகவும் பயமாக இருந்தது. இவ்வளவு திருஷ்டி வருகிறதே என்று பதைபதைத்தது. ஆனால், அவர் களது கள்ளம், கபடமற்ற, அன்பும் பாச மும் கொண்ட, நட்புமுறையில் அமைந்த நல விசாரிப்புகள், உறவுகளே இல்லாத வனாந்திரத்தில், எடுப்பாரும் பிடிப்பாரு மில்லாமல் இருப்பவளுக்கு (எல்லாப் பெண்களுக்கும் இந்தக் கதிதான்...) கட வுளாக அனுப்பி வைத்தவர்கள் இவர்கள் என்று என்னைத் தேற்றிக் கொண்டேன். அப்படித்தான் ஒருமுறை ஷாப்பிங் காம்ப்ளெக்ஸில் ஒரு ஆஸ்தி ரேலிய மூதாட்டி என் பெண்ணை நிறுத்தி வைத்து, ஐந்து நிமிடம் அவள் வயிற்றில் கைவைத்து, பிரார்த் தனை செய்து, 'உனக் குச் சுகமாகக் குழந்தை பிறக்க இறைவன் அருளு வான்' என்று ஆசீர் வதித்தாள். நான் கண் கலங்கி விட்டேன். பாட்டிகளெல்லாம் இந்தியாவில் பேத்திக்கு சுகப்பிரசவம் ஆகவேண் டுமே என்று தினம் கர்ப்பரக்ஷாம்பிகையை வேண்டிக் கொண்டிருக்க, யாரோ ஒரு மூதாட்டி அவர்களின் பிரதிநிதியாக என் பெண்ணை ஆசீர்வதிக்கிறாளே... மனம் நிறைந்துதான் போனது.

சாலைகள் எல்லாமே நமது ஹைவேக் களைப் போலத்தான். வாகனங்கள் ஒரே சீரான வேகத்தில் தொடர்ச்சியாக... ஆனால் கர்ப்பிணிப் பெண் என்றில்லை. குழந்தைகளை 'ஸ்ட்ரோலரில்' தள்ளிக் கொண்டு வருபவர்கள், ஊனமுற்றோா, ஏன் சாதாரண நடை மனிதர்கள் அனை வருக்குமே சாலைகளில் எந்தவிதப் பிரச் னைகளும் இல்லை. அதுவும் கர்ப்பிணிப் பெண் சாலையைக் கடக்க நிற்கிறாள் என் றால் நம்மூரில் ஜெயலலிதா மேடம் கடந்து போவதைப் போல் என்றால் மிகையில்லை. அப்படி ஒரு மதிப்பு... வாகனங்கள் அணிவகுத்து நிற்கும்.

கர்ப்பிணிப் பெண்ணைக் கண்டால் அத்தனை பேரும் சந்தோஷப்படுகிறார் கள். வார்த்தைகளால் ஆரவாரிக்கிறார் கள். ஏதோ தங்கள் குடும்பத்தில் ஒரு புது வரவு வந்து விட்டதைப் போல் குதூகலிக் கிறார்கள். எனக்கு ஒரு கட்டத்தில் மனம் வலித்தது. இங்கே நமது தமிழக சாலை களில் நான் சர்வசஜமாகக் கேட் டிருக்கிறேன். ''வந்துட்



டாளுக வயத்த சாச்சிகிட்டு...''

ஒருநாள், என் மகள், 'பஸ்ஸில் போக லாம் வா' என்றாள்.

மங்கையர் சக்தி மகத்தான சக்தி

மங்கையர் மலர் வெள்ளிவிழா

நான் ஒரேயடியாக மறுத்து விட்டேன். கட்டாயப்படுத்தி அழைத்துக் கொண்டு போனாள். என்ன ஆச்சர்யம்... பஸ் (டவுன் பஸ்) இவளருகே வந்தது. இவள் காலை சற்றே தூக்கினால் போதும் என்ற அளவிற்கு படி தாழ்ந்தது. இவள் ஏறி உள்ளே சென்று இருக்கையில் அமரும் வரை காத்திருந்து பஸ்ஸை எடுத்தார் டிரைவர். இறங்கும் போதும் இவளுக்காகப் படிகளை இறக்கினார். இறங்கி நடைபாதையில் நிற்கும் வரை காத்திருந்து விட்டு பஸ்ஸை எடுத்தார். நான் ஆச்சர்யப்பட்டுப் போனேன். "அம்மா... இது எனக்கு மட்டுமல்ல... சக்கர நாற்காலியோடு பஸ்ஸுக்குள் போய் விடலாம். குழந்தையின் ஸ்ட்ரோலரோடு போய் விடலாம். இங்கே எல்லோருக்கும் இந்த வசதிகள் உண்டு" என்றால் நம் ஊனமுற்றவர்களுக்காக வருத்தப்பட மட்டுமே முடிந்தது.

என் பெண்ணிற்கு பிரசவ கட்டம் நெருங்கிக் கொண்டிருந்தது. மாப்பிள்ளையும், பெண்ணுமாக எனக்கு நிறைய வகுப்புகள் எடுத்தார்கள். 5-1-1 வரும் வரை கவலைப்பட வேண்டாம் என்றார்கள். அது பிரசவத்திற்கான உச்சகட்ட வலி வரும் நேரக் கணக்கு. நிறைய வகுப்புகளில் மகப்பேறு பற்றிய பயிற்சிகளைப் பெற்று அவர்கள் தைரியமாக இருந்தார்கள். உடல்ரீதியாக அவர்கள் பேசிக் கொள்வதே கூட எனக்குப் புரியவில்லை. ஒருவேளை 5-1-1 வலி வந்து விட்டால் 9-1-1 என்று டயல் செய்து ஆம்புலன்ஸ் வரவழைத்துக் கொள்ளக் கற்றுக் கொடுத்தார்கள். எல்லா அறைகளிலும் மாப்பிள்ளை மற்றும் அவர்களின் நண்பர்களது வீட்டு அலுவலக செல்போன் எண்கள் கம்ப்யூட்டர் பிரிண்ட் எடுத்து ஒட்டி விட்டார்கள்.

பிரசவத்திற்காக ஆஸ்பத்திரிக்குப் போகும் போது என்ன என்ன எடுத்துச் செல்ல வேண்டும் என்கிற நீண்ட பட்டியலை என் பெண் இன்டர்நெட்டிலிருந்து எடுத்து வைத்துக் கொண்டு, அதற்கேற்றபடி ஒரு 'சூட்கேஸ்' தயார் செய்து வைத்துக் கொண்டு விட்டாள்.

இவர்கள் என்றில்லை. நான் சென்றிருந்த போது, என் மாப்பிள்ளையின் மூன்று, நான்கு நண்பர்களது மனைவிகளும் பிரசவத்தை எதிர்பார்த்துக் கொண்டிருந்தார்கள். ஒரே ஒரு வித்தியாசம். என்னைத் தவிர மற்ற மூவரின் தாய்மார்களுக்கும் 'விசா' கிடைக்காததால் மாமியார்கள் வந்திருந்தார்கள். இந்தக் கட்டத்தில் நான் இதனைச் சொல்லியே ஆக வேண்டும். பிரசவம் பார்க்க



வந்திருந்த மாமியார்களது செயல்பாடுகளைப் பார்த்து நான் பிரமிப்பின் உச்சத்திற்கே போய் விட்டேன். அவர்கள் தாய்க்கும் மேலாகத் தங்கள் மருமகள்களுக்குப் பிரசவம் பார்த்ததைப் பார்த்து பரவசப்பட்டுப் போனேன். (நம் சீரியல்காரர்கள் தயவுசெய்து மாமியார்களை இனிமேலாவது நல்லவர்களாகக் காட்டுங்கள்).

இப்பவோ எப்பவோ என்கிற வலி வந்தே விட்டது. நல்லவேளை மாப்பிள்ளையும் வீட்டில் இருந்து விட்டார். அடுத்த நிமிடம் பறந்து விட்டார்கள் ஆஸ்பத்திரிக்கு.

ஆஸ்பத்திரி... ஆச்சர்யங்களின் உச்சகட்டப் பிறப்பிடம். அழகிய சூழல். அமைதி குடிகொண்டிருக்கும் அற்புதச் சூழல். அழகும், அறிவும், அன்புமாக

மருத்துவர்கள், நர்ஸ்கள். ஆரவாரங்கள் இல்லை. அழுகுரல்கள் இல்லை. ஹாஸ்பிடல் வாடையே இல்லை.

இங்கே பிரசவம் மிகவும் குதூகலமான சூழலில் நடைபெறுகிறது. கணவரும், தாயும் கூடவே இருக்க, டாக்டர்கள் நேரம் பற்றிக் கவலைப்படாமல், குழந்தை இயற்கையாகவே வெளிவர எல்லா முயற்சிகளையும் செய்ய, குழந்தைக்கான அத்தனை தேவைகளுடனும் நர்ஸ்கள் தயாராக இருக்க, குழந்தை பிறந்த நிமிடத்திலிருந்தே பொறுப்பேற்றுக் கொள்ள குழந்தை மருத்துவர் தயாராக நிற்க, இவையனைத்தையும் விட, இன்று இந்த மருத்துவமனை இத்தனையாவது குழந்தையை உலகத்திற்கு அறிமுகம் செய்யப் போகிறது என்ற பெருமையுடன் மருத்துவமனை அதிகாரிகள் சந்தோஷப் புன்னகையுடன் இருக்க, வலியின் கொடுமை தெரியாமல் அறையின் இசை தென்றலாய்த் தழுவ... கர்ப்பிணிப் பெண்களைப்பில் துவண்டு விடாமல் இருக்க, அவளருகே ஒரு நர்ஸ் அவளது வியர்வையைத் துடைத்து, உலரும் உதடுகளைப் பிரித்து பழச்சாற்றை பருகக் கொடுக்க... இதையெல்லாம் விட இன்னும் ஒரு ஆச்சர்யம்.

கர்ப்பிணிப் பெண் படுத்துக் கொண்டு தான் குழந்தை பெற வேண்டும் என்ற கட்டாயம் இல்லை. அவள், தன் கணவரது அல்லது உறவினரது தோள்களைப் பிடித்து, நின்று கொண்டே முயற்சி செய்து குழந்தையைப் பெறலாம். இல்லையென்றால், அந்த அறையை ஒட்டிய குளியல் அறையில் தண்ணீர்த் தொட்டியில் தண்ணீரில் இருந்து கொண்டே (இது எப்படி சாத்தியம் என்று எனக்குத் தெரியவில்லை) பெற்றுக் கொள்ளலாம். அடுத்ததாக மிகப் பெரிய பந்தின் மீது அமர்ந்து கொண்டு முயற்சி செய்யலாம். நடந்து கொண்டே பிரசவிக்கலாம். அத்தனை வசதிகளும் நிறைந்த ரம்மியமான அந்த பிரசவச் சூழல் எனக்கு நம் நாட்டுப் பெண்களின் நிலையை எண்ணி பெருமூச்சுதான் விட முடிந்தது!

என் பெண்ணுக்கு சுகப் பிரசவமாகி என் பேத்தியை மிக நல்லபடியாக எடுத்து என் கையில் கொடுத்த போது என் கண்களில் ஆனந்தக் கண்ணீர். எல்லாம் இருக்கும் அங்கே இல்லாதது உறவுகள் மட்டும்தான் என்று எனக்குப் புரிந்தது!

- ஷ்யாமா

சமைக்கத் தெரியுமா?

பெண் பார்க்கும் படலம் முடிந்து ரேணுகாவும், ரமேஷும் தனியறையில் பேச விரும்பினர்.

உள்ளே நுழைந்தவுடன், "சமைக்கத் தெரியுமா?" என்று ரேணுகா கேட்ட கேள்வியில் அதிர்ந்தான் ரமேஷ்.

"பயப்படாதீங்க" என்றவள் தொடர்ந்து பேசினாள். "நீங்க பன்னாட்டு நிறுவனத்தில் பணிபுரிகிறீர்கள். அடிக்கடி வெளிநாடு போய் 3, 4 மாதங்கள் 'பிராஜக்ட்' வேலைக்குப் போக வேண்டி வரும். ஒவ்வொரு முறையும் என்னை அழைத்துப் போக இயலாது. நீங்களும் பியூர் வெஜிடேரியன். அமெரிக்கா, பிரான்ஸ் என்று போகும் போது நீங்களே சமைத்துச் சாப்பிடலாமே" என்றாள்.

"ஓ.கே. இன்னும் மூணு மாசத்திலே நான் 'அறுசுவை அரசன்' ஆகி விடுகிறேன்" என்றான் ரமேஷ் சிரித்தபடி.

- பி.ஆர். பார்த்தசாரதி.




12

ஈச்வரி ஜகதீச்வரி

- ரேவதி சங்கரன்

"ஆத்தாளை... அண்டமெல்லாம் பூத்தாளை... புவியடங்கக் காத்தாளை..."

ஆக்கசக்தியானவளைத் தாய் வடிவில்தான் பக்தர்கள் வணங்கி வருகின்றனர். ஏனெனில் உயிருக்கு உருக்கொடுத்துப் படைத்து கருணையோடு காக்கிறவள் அன்னை. உணர்வு, உயிர்ப்பு இரண்டாலும் பிணைத்துப் பாசம், பரிவு என்ற பாதுகாப்பு வளையத்துக்குள் நம்மைப் பொத்தி வைத்துப் பேணும் மாபெரும் அன்பினை அடிவயிற்றிலிருந்து எழுகின்ற உணர்வினால் 'அம்மா'வென்ற ஒலியாக வெளிப்படுத்துகிறோம். பெற்ற அன்னையையே அன்புத்திரு உருவாகக் காணும்போது அகில உலகத்தையும் உருவாக்கி உணவூட்டி, உணர்வூட்டி, வாழச் செய்து வாழ்க்கையின் இறுதியில் தன்னோடு இயற்கையில் அணைத்துக் கொள்ளும் மஹா சக்தியை உலகமாதா என்பதில் தவறில்லையே!

குழந்தையைப் பெற்றவள்தான் தாய் என்பதில்லை. தாய்க்குரிய பண்புகள் பொருந்திய எவருமே தாய்தான்! தாய் போன்ற கருணை உள்ளவன் என்பதனால்தான் ஈச்வரனையும், 'அம்மையே அப்பா' 'தாயிற் சிறந்த தயாவான தத்துவனே' என்றனர்.

களங்கமற்ற தூய்மை, தன்னலமற்ற தன்மை, பூமியினும் பொறுமை, மனதார மன்னிக்கும் தன்மை, முழுமையாக விட்டுக் கொடுக்கும் மனப்பான்மை, வற்றாமல் பெருக்கெடுக்கும் அன்பு இத்தனை நற்பண்புகளும் எங்கு குடிகொண்டிருக்கிறதோ அங்கு ஒளிர்வதுதான் தாய்மை எனும் சக்தி. அந்தச் சக்தியை உணரும் போது நன்றிப் பெருக்காய் நமக்குள்ளே பொங்கி வரும் உணர்வே பக்தி. அவள் மீதுள்ள அன்பின் உறுதியைத் தெளிவுபடுத்தத்தானே "தாய்மேல் ஆணையாக" என்றும் சொல்லத் துணிகிறோம்...?

உலகீன்ற தாய் நமக்கு வரும் ஆபத்துக்களைத் தடுத்துக் காக்கும் போது சிங்கத்தின் சிலிர்ப்போடு காட்டுவது, துணிவு. அதே தாய் நமது எல்லா ஆசைகளையும் தேவைகளையும் நிறைவாக்கும் போது தேன்மலராக விரிந்து மலர்ந்து காட்டுவது பரிவு. ஏனைய பிறப்புகளிலிருந்தும் மானுடப்பிறவி சிறக்க வேண்டும் என்ற கனிவுடன் மென்மையான அன்னத்தைப் போன்ற தூய அறிவாற்றலாக ஒளிரும் உயர்வு. இவை அனைத்தையும் நமக்குப் புரிய வைப்பதற்காகச் சிம்ம வாகினியாகத் துர்க்கையை, கமல வாகினியாக லக்ஷ்மியை, ஹம்ஸ வாகினியாக சரஸ்வதியை உருவகப்படுத்தித் தந்துள்ளனர் நமது முன்னோர்கள்.

உலக இயக்கத்தில் ஏற்படும் சுழற்சிக்கேற்ப ஒவ்வொரு பருவத்திலும் அன்னையை ஒவ்வொருவிதமாய்ப் போற்றி மகிழ்வதைத்தான் குழந்தைகளாகிய நாம் செய்கிறோம். அதில் கோடை மறைந்து குளிர் முகில் தவழும் மழைக்காலத்தில் ஒப்புயர்வற்ற ஒரே சக்தியையே மூன்று வடிவில் மூன்று மூன்று நாட்களாகப் பெருமைப்படுத்தி குடும்பத்துடன், உற்றார் உறவினருடன், அக்கம் பக்கத்தாருடன்



● கலைவாணி

நவராத்திரி விழாவாகக் கொண்டாடி மகிழ்கிறோம்.

இந்தச் சக்தியின் பெருமையைப் பல புராணங்கள் கதைகளாக இயம்புகின்றன. "ஆதி சக்தியே உயிர்மூச்சான துர்கா! உள்ளம் தனியே ஒலிக்காது; குழல் தனியே இசைபாடாது; உள்ளம் குழலிலே ஒட்டாது. ஆனால் உள்ளம் மூச்சிலே ஒட்டும், மூச்சுக் குழலிலே ஒட்டும் போது குழல் பாடும். இதுவே சக்தியின் லீலை" என்ற பேருண்மையைக் கண்டுணர்ந்து எளிமையாகச் சொன்னவர் மகாகவி பாரதி.

அதிசயம்

"**கா**ண்பது, கேட்பது, மூச்சுவிடுவது யாவும் என்னுடைய ஆற்றலால் நிகழ்கின்றன. இந்தப் பிரபஞ்சம் தோன்றும் போது நான் காற்றாகி எல்லாப் பொருள்களிலும் ஊடுருவி நிற்கின்றேன். எனது வல்லமை அளவிடற்கரியது. விண்ணையும் மண்ணையும் கடந்து செல்வது" என பிரகிருதியானவளே கூறுவதாகத் தேவி பாகவதத்தில் காண்கிறோம்.

நன்மை தீமை இரண்டுக்கும் இடையிலான போராட்டத்தில் வெற்றி பெற்ற தேவர்கள் இறுமாப்புக் கொண்ட போது அங்கே ஓர் ஒளிக்கீற்று தோன்றியது. அது என்னவென்று அறியாத தேவர்கள், அக்னியை அனுப்பி அதன் ஆற்றலை உணர்ந்து வருமாறு கூறினர். 'எதையும் சுட்டெரிக்கும் ஆற்றல் வாய்ந்த அக்னி நான் கேட்கிறேன். நீ யார் உனது ஆற்றல் என்ன?' என வினவவும், ஒரு சிறு புல்லை அக்னி முன்னே வைத்து அதனை எரிக்கும்படி ஆணையிட்டது ஒளிக்கீற்று. எவ்வளவோ முயன்றும் அக்னியால் அதை எரிக்க முடியவில்லை. வாயுவால் அசைக்க முடியவில்ல, வருணனால் நனைக்க முடியவில்லை. இறுதியில் தேவேந்திரனே வந்து நின்றபோது, விண்ணில் நிகரிலாத அழகோடு உமையவள் தோன்றிட அன்னையைப் பணிந்து, "தாயே! இந்த ஒளி யார்?" எனக் கேட்க, "இவர் பிரம்மம். பரம புருஷர், இவர் அன்றி ஓர் அணுவும் அசையாது. இவர் ஆட்டுவிப்பதால்தான் அனைத்துலகும் இயங்குகின்றன. இவரது ஆற்றலால்தான் தீமையை நன்மை வெல்கிறது. அவராகவும் அவருக்குள்ளும் விளங்கும் சக்தி நானே!" என மொழிந்தாளாம். அந்தப்

பராசக்தியின் ஆற்றலை முப்பெருந்தேவியர் விழாவாக உலகோர் அறியக் கொண்டாடுவதே நவராத்திரியின் சிறப்பு.

அற்புதம்

அண்மையில் ஒருநாள் நகரியிலிருந்து தொலைபேசியில் என் தோழி விடுத்த வேண்டுகோளை ஏற்பதா வேண்டாமா என எண்ணும் முன்னரே, "இதை நீதான் செய்ய வேண்டும். உன்னால்தான் முடியும்" எனக் கூறி ஃபோனை வைத்து விட்டாள். நடந்தது இதுதான் :

திருப்பதி செல்லும் வழியில் ஸ்ரீ நரசிம்ம ராஜுவாரிப்பேட்டா என்ற (இந்தியாவிலேயே மிக நீண்ட பெயர் கொண்ட) ரயில் நிலையத்தினைத் தாண்டி நகரிக்கு அருகிலுள்ள குன்ராஜ குப்பத்தில் (ஆந்திர மாநில எல்லையில்) ஒரு சிறிய குன்றின் மேல் ஞானசரஸ்வதி தேவிக்காக ஓர் அழகிய ஆலயம் புதிதாக அமைத்திருக்கிறார்கள்.

கும்பாபிஷேகத்திற்குச் சென்றிருந்த என் தோழியின் கணவரிடம் "சரஸ்வதி தேவியின் உற்சவ மூர்த்தியை நீங்கள் செய்து தர முடியுமா" என்று கேட்டார்களாம். அவரும் சிறிதும் தயங்காமல் 'அப்படியே' என ஒப்புக் கொண்டு அந்தப் பணியை என்னிடம் ஒப்படைப்பதற்குத்தான் அந்த அழைப்பு. ஒருகணம் என்ன செய்வது என்றே தோன்றவில்லை. எல்லாவற்றிலும் எனக்கு வழிகாட்டியாக விளங்கும் எனது தாயாரிடம் கேட்ட போது, "கடைகளில் வாங்குவது உசிதம் இல்லை. கோயிலுக்கு என்பதால் பஞ்சலோகத்தில் செய்வதுதான் முறை" என்றார்கள்.



* நகரி ஞானசரஸ்வதி அம்மன்

குறைந்தது எனக்குத் தெரிந்த பத்து பேர்களைத் தொலைபேசியில் தொடர்பு கொள்ள முயன்றாலோ ஒரு எண்ணுக்கும் தொடர்பு கிடைக்கவில்லை. மேலும் தேடினேன். பல ஆண்டுகளுக்கு முன் திம்மக்குடி 'ஸ்டெர்லிங் ரிஸார்ட்டில்' நமது பண்பாடுகள் பற்றி விளக்கச் சென்றிருந்த போது பஞ்சலோகச் சிலை செய்யும் இளைஞர் ஒருவர் என்னிடம் கொடுத்த வாழ்த்து அட்டை கையில் கிடைத்தது. அதிலிருந்த எண்ணில் உடனே தொடர்பு கிடைத்தது. விஷயத்தை விளக்கியதும் என்னை நினைவு வைத்திருந்த அந்த இளைஞர் இருபத்தி ஐந்து நாட்களில் செய்து தருவதாக ஒப்புக் கொண்டார். மண்டலாபிஷேகத்திற்குள் தயார் ஆக வேண்டுமே! தொடர்ந்து



தொலைபேசிக்கு ஓய்வே இல்லை. எந்த அளவில் வேண்டும், எப்படி அமர்ந்திருக்க வேண்டும், எவ்வளவு பொன் சேர்க்க வேண்டும், இன்னும் எத்தனையோ சந்தேகங்கள் கேள்விகள். இத்தனைக்கும் மேலாகப் பரபரப்பு! கோபுரத்தைப் பொம்மை தாங்குவதாக நினைப்பு!

கருவறை விக்ரகம் சிறியது. எனவே, 'நெற்றியிலிருந்து பாதம் வரை பதினைந்து அங்குலங்கள் என்ற அளவில் சிற்ப சாஸ்திரப்படி அமைப்பதாக முடிவு செய்யப்பட்டது. இரண்டு நாளுக்கு ஒருமுறை, "என்ன ஆகியிருக்கிறது? எப்படி வந்திருக்கிறது?" இப்படிக் கேள்விக் கணைகளைத் தொடுக்க வைத்தது எனது ஆர்வம் என்பதை விட எனது பொறுப்பு, கவலை என்பதுதான் உண்மை. "அன்னையின் திருஉருவச்சிலை மிகவும் நன்றாக அமைந்திருக்கிறது. இப்போது கன்னங்களில் சீராக வழுவழுப்பு அமைத்துக் கொண்டிருக்கிறோம். நாளை கொண்டு வந்து தந்து விடுகிறேன் அம்மா!" என்று காதில் கேட்ட பிறகே கொஞ்சம் ஆறுதல் அடைந்தேன். அப்போதுதான் ஒரு ஞானோதயம் ஏற்பட்டது. என்னையே கேட்டுக் கொண்டேன், "அடி அசடே! இத்தனை பேர்களில், யார் தன் உருவச் சிலையை அமைக்க வேண்டும் என்பதும் எப்படி அமைய வேண்டும் என்பதும் நிச்சயிப்பது அவள் அல்லவா? விளக்கின் திரியைத் தூண்டுகின்ற குச்சிதானே நீ! பின் எதற்கு இத்தனை ஆர்ப்பாட்டம்?" அறியாமை அவ்வளவு எளிதில் விலகிடுமா?

ஆனந்தம்!

அடுத்த நாள் வந்தது. ஆனால் சரஸ்வதி தேவி வரவில்லை. இம்முறை நான் பதற்றப்படவில்லை. மறுநாள அமாவாசையன்று, காலையில் சுவாமிமலையிலிருந்து சென்னைக்கு அலுங்காமல் நலுங்காமல் வந்து சேர்ந்த அன்னையைப் பிரித்துப் பார்த்ததும் ஏற்பட்ட சிலிர்ப்பு! அப்பப்பா! திருமேனி முழுதும் சந்தனம் குங்குமம்,



மஹாஸ்வாமிகள் ஓய்வாக அமர்ந்திருந்த வேளையில், காஞ்சி காமாட்சி அம்மனைப் போற்றி ஒருவர் மனமுருகிப் பாடினார். பாட்டைக் கேட்டு முடித்த பின்னர், பெரியவர் புன்சிரிப்புடன், ''காமாட்சி, சாதாரணமான சாப்பாட்டைச் சாப்பிட மாட்டாளாம்! ராஜ விருந்துதான் சாப்பிடுவாளாம்!'' என்று சொல்லவும் அங்கிருந்தவர்கள் ஒன்றும் புரியாமல் நின்றிருக்க, அவரே சொன்னது இதுதான்!



''கஞ்சி குடியாளே! கம்பஞ்சோறு உண்ணாளே!'' என்று ஒரு புலவர் பாடியிருக்கார். அதைத்தான் சொன்னேன்; மேலெழுந்தவாரியாகப் பார்த்தால் கஞ்சி குடிக்க மாட்டாள், கம்பஞ் சோறு சாப்பிட மாட்டாள்; நல்ல உயர்ரக அரிசிச் சாப்பாடுதான் என்பதாகத் தோன்றும். ஆனால் உண்மையில் அதன் பொருள் என்ன தெரியுமா?

இருநாழி நெல்கொண்டு முப்பத்தாறு வகையான அறங்களைக் குறைவின்றிச் செய்து வரும் காமாட்சி, கஞ்சி எனும் காஞ்சிபுரத்தில் குடியிருப்பவள், கம்பன் எனப்படும் ஏகாம்பரேச்வருடைய ஆலயம் தனியாக இருப்பதால் அந்தப் பிரசாதம் காமாட்சிக்கு படைக்கப்படுவதில்லை. கம்பன் சோறு உண்ணாள் - கஞ்சி குடியாள் என்பது அதுதான்! தமிழில் உள்ள வார்த்தை ஜாலங்கள் சாப்பாட்டை விட ருசியானது! இந்தப் பாடலைக் கேட்டு கஞ்சி குடிக்காமல், கம்பஞ்சோறு சாப்பிடாமல் இருக்கக் கூடாது. இதெல்லாம் சாப்பிடணும் உடம்புக்கு நல்லது!''

கழுத்தில் மல்லிகை மாலை! பூசித்து வைத்துக் கண் திறக்கப்பட்டு அழைத்து வருவதுதான் முறையாம். பின்னால் இருந்த திருவாசியில்தான் எத்தனை நுணுக்கமான வேலைப்பாடு! கோயிலில் அமர வைத்து விட்டால் பிறகு நம்மால் தொட முடியாதே என்று ஆசை தீர அன்னையை, அவளது வீணையை, அந்த அழகிய பாதங்களைத் தடவிய போது பரபரப்பு எல்லாம் அடங்கி விட்டது. பஞ்சலோகச் சிலையாக இல்லாமல் பஞ்சு போன்ற மென்மையை என் கைகள் உணர்ந்த போது உள்ளம் இலேசானது! கண்களில் பொங்கி வந்த ஆனந்த வெள்ளத்தில் என் அறியாமை சிறிதேனும் கரையாதா என எண்ணினேன்.

மண்டலாபிஷேகத்தன்று ஆராட்டு நீராட்டு எனக் குளிர்ந்து ஒளிர்ந்த ஞான சரஸ்வதி அன்னையின் சன்னதியில் ஒவ்வொருவருக்கும் ஒவ்வொரு வகையில் நிறைவு. நகரியின் தொழிலதிபர் இப்பணி தனக்குக் கிடைத்த பாக்கியம் என நினைக்க, அவரது மனைவி, என் தோழி மிகப் பெரிய காரியத்தை எவ்வளவு சிறப்பாக அன்னையே நடத்திக் கொண்டாள் என வியக்க,

அன்னையை உருவாக்கிய இளம் ஸ்தபதியோ, தன்னுடைய கைகளால் செய்த சிலை அற்புதமான தெய்வீக அழகுடன் அருள்பாலிப்பது கண்டு நெகிழ, ஊர் மக்களோ மெய்சிலிர்த்துக் கைகூப்ப, நானோ, தன் திருவிளையாடலில் என்னையும் சிறு துரும்பாக ஆட்படுத்திய ஈச்வரி ஜகதீச்வரியின் கருணையை எண்ணி எண்ணி வியந்து நின்றேன்! இன்றும் வியக்கிறேன்! ஆனந்தம்!

ஸ்ரீராமகிருஷ்ண மடம்

ரிசர்வ் லைன், புது நத்தம் சாலை, மதுரை - 625 014.
தொலைபேசி : 0452-2680 224, 2681 181.
e-mail : rkmath@eth.net





விநாயகர் துணை

பொதுமக்களுக்கு ஓர் வேண்டுகோள்

அன்புடையீர்,

கடவுளின் கிருபையை முன்னிட்டு எழுதுவது. அன்பார்ந்த வணக்கம்.

மதுரையில் ஸ்ரீராமகிருஷ்ண மடம் 1987-ஆம் ஆண்டு துவக்கப்பட்டது. எனினும் 1998-ஆம் ஆண்டுதான் இங்கு ஸ்ரீராமகிருஷ்ணர் கோயில் கட்டப் பெற்றது. எனவே இந்த மடம் 7 வயது குழந்தையைப் போன்று இனி வளர வேண்டிய நிலையில் உள்ளது.

மதுரை, ஸ்ரீராமகிருஷ்ண மடம், 'ஸ்ரீசாரதா வித்யாலயா' என்ற துவக்கப் பள்ளியை நடத்தி வருகிறது. இதில் Pre K.G. முதல் 5-ஆம் வகுப்பு வரை 492 மாணவ-மாணவிகள் கல்வி பயின்று வருகிறார்கள்.



ஸ்ரீராமகிருஷ்ண மடம் ஸ்ரீசாரதா வித்யாலயா பள்ளிக் கட்டிடத்தில் இலவச கல்வி போதனை வகுப்புகளும் (Free Tuition Center) நடத்தி வருகிறோம். இதில் நான்காம் வகுப்பு முதல் +2 வகுப்பு வரை அரசு பள்ளிகளில் பயிலும் மிகவும் பின்தங்கிய ஏழை மாணவ, மாணவிகள் 475 பேர் கல்வி கற்றுப் பயனடைந்து வருகிறார்கள். இந்த வகுப்புகள் மாலை 5.30 மணி முதல் 7.30 மணி வரை நடைபெற்று வருகிறது.

மடத்தில் நாள்தோறும் காலை 7.00 மணிக்கு 280 ஏழைக் குழந்தைகளுக்கு அன்ன தானம் (Poor Feeding) வழங்கப்படுகிறது. அதன் பொருட்டு உணவு சமைப்பதற்கும், அதை விநியோகிப்பதற்கும் ஓர் அறை தேவைப்படுகிறது



தற்போது மதுரை, ஸ்ரீராமகிருஷ்ண மடம் 'ஸ்ரீசாரதா வித்யாலயா' பள்ளிக் கட்டிடத்தில் போதிய இடவசதி இல்லை. ஆதலால் இப்போது உள்ள சாரதா வித்யாலயா பள்ளிக் கட்டிடத்திற்கு அருகில், ஓர் அறை 16 அடி நீளம் X 24 அடி அகலம் வீதம், ஏழு பெரிய வகுப்பறைகளைக் கட்ட ஆரம்பித்திருக்கிறோம். இந்தக் கட்டிடத்தின் மொத்த சதுர அடி 4,500 ஆகும். கட்ட ஆரம்பித்திருக்கும் புதிய கட்டிடத்தில் முதல் ஆறு அறைகளில் பள்ளியும், Free Tuition Center-ரையும் நடத்தயிருக்கிறோம். ஏழாவதான கடைசி ஓர் அறையை ஏழைகளுக்கான அன்ன தானப் பணிகளுக்குப் பயன்படுத்தயிருக்கிறோம். இதற்கான கட்டிடப் பணி இப்போது நடந்து வருகிறது.

இந்த ஏழு அறைகளைக் கட்டி முடிப்பதற்கு ரூபாய் 20 இலட்சம் செலவாகும் என்று மதிப்பிடப்பட்டிருக்கிறது. இதில் ஓர் அறைக்கு ரூபாய் 2.25 இலட்சம் செலவாகும்.

புதிய ஏழு அறைகளைக் கொண்ட பள்ளிக் கட்டிடம் கட்டி முடிப்பதற்குத் தாராளமாக நன்கொடை வழங்கி உதவி செய்யும்படி, அன்புள்ளம் கொண்ட பொதுமக்கள் அனைவரையும் பெரிதும் அன்புடன் கேட்டுக் கொள்கிறோம்.

இப்பள்ளிக் கட்டிடம் கட்டுவதற்கு ரூபாய் ஒரு இலட்சத்திற்கும், அதற்கும் அதிகமாகவும் நன்கொடை வழங்குபவர்களின் பெயர்கள், கட்டப்பட இருக்கும் புதிய கட்டிடத்தில் சலவைக் கல்லில் வைக்கப்படும்.

நன்கொடைகளுக்கு 80-G பிரிவின்கீழ் வருமான வரி விலக்கு உண்டு. நன்கொடைகளை 'ராமகிருஷ்ண மடம், மதுரை' என்ற பெயரில் காசோலை மூலம் அனுப்பி உதவுங்கள்.

இறைவன் தங்களுக்கு நீண்ட ஆயுளையும், ஆரோக்கியத்தையும் தந்தருள்வாராக.

இறைவன் தொண்டில் தங்களன்புள்ள,
சுவாமி கமலாத்மானந்தர், தலைவர்.



டாக்டர். தமிழரசி

செல்லத்தினால் தொல்லை!

அந்தக் காலத்தில் பூனை மயிர் உதிர்ந்தால் அதற்குப் பரிகாரமாக தங்கப் பூனை செய்ய வேண்டும் என்பார்கள். எதற்காக? பூனையின் அருகில் செல்ல வேண்டாமே என்பதற்காக! சென்றால் என்னென்ன விபரீத விளைவுகள் ஏற்படும் என்பதை இந்தக் கட்டுரை காட்டுகிறது. மேலே படியுங்கள். புரியும்!

பூனைகளைச் செல்லப் பிராணிகளாக வளர்ப்பது இப்பொழுது பல குடும்பங்களில் வழக்கமாகி வருகிறது. முக்கியமாக திருமணமான, ஆக இருக்கும் இளம் பெண்களுக்கும் இதனால் தெரிந்து கொள்ள வேண்டிய உடல்நலக்கேடுகளைப் பற்றிய மருத்துவ விவரங்கள இதோ!

பூனைகளால் ஏற்படக்கூடிய முக்கியமான இருவகை உடல்நலக்கேடுகள் டாக்ஸோப்ளாஸ்மோஸிஸ் எனப்படும் ஒட்டுண்ணித் தொற்றுநோயும், ஒவ்வ மை எனப்படும் நோயும் ஆகும்.

முதலில் டாக்ஸோப்ளாஸ்மோ ஸிஸை பற்றித் தெரிந்து கொள்வது அவசியம் ஆகிறது. ஏனெனில் பாதிக்கப்பட்டவர் பெண்ணாக இருப்பின், அவர் கரு வுறும்போது நஞ்சுக் கொடியின் மூலம் குழந்தைக்கு இத் தொற்றினைப் பரப்புவதன் காரணமாக மூளை மற்றும் கண்கள் சம்பந்தப்பட்ட




ஆழ்மன
ஆசை
கோ

பிறவிக் குறைபாடுகள் உள்ள குழந்தைகள் பிறக்க நேரிடும்

ஏறத்தாழ 10% - 40% கருவுறும் வயதிலுள்ள பெண்களுக்கு இந்தத் தொற்று இருப்பதாகக் கணிப்புகள் தெரிவிக்கின்றன. பெரும்பாலும் இவர்கள் உடலின் நோய் எதிர்ப்பு சக்தி நன்கு இருப்பதால் உடல்நலம் குன்றுவதில்லை. எனினும் இவர்கள் இரத்தத்தில் தங்கியுள்ள தொற்று, கருவுறுகையில் நஞ்சுக்கொடி மூலமாகக் குழந்தையைப் பாதிக்கக்கூடும்.

இந்த ஒட்டுண்ணி பூனையின் குடல் பகுதியில் வளர்ந்து பெருகி, அதன் மலக் கழிவில் வெளியேற்றப்படுகிறது. இந்தக் கழிவினை கொண்ட புற்களை அல்லது தாவரங்களை உண்கின்ற மாடுகள், ஆடுகள், இவற்றை இரண்டாவது தாங்கி என்கின்றனர்.

இந்தத் தொற்றினால் பாதிக்கப்பட்ட மாடுகள், ஆடுகள் சுரக்கின்ற பால் காய்ச்சப்படாவிட்டால் அல்லது இவற்றின் மாமிசம் சரிவரச் சமைக்காவிட்டால் அவற்றை உட்கொள்ளும் மனிதர்களும் இரண்டாவது கிருமி தாங்கி ஆகக்கூடும்.

- இது மட்டுமின்றி, தோட்ட வேலைகள், செடி பராமரிப்பில் ஈடுபடும் போது, வீட்டில் பூனைக் கழிவுகளைச் சுத்தம் செய்ய வீடுகளில் பூனையின் தொற்று கொண்ட மலக்கழிவினை அகற்றுகையில், பூனையைக் கொஞ்சும் போது தெரியாமல் கைகளில் படுவதாலும், இந்தத் தொற்று மனிதர்களுக்கும் பரவுகிறது.

செல்லப் பூனைகளைக் கொஞ்சி விளையாடும் போதும், அவற்றின் கழிவுகளை அகற்றும் போதும்; இந்தத் தொற்று பரவக்கூடும். இவர்களில் நோய்த் தடுப்புத் திறன் உடையவர்களுக்கு அந்த வியாதிகள் ஏற்படும் அறிகுறிகள் எதுவும் இருப்பதில்லை. ஆனால், இந்தத் தொற்று அவர்களின் இரத்த ஓட்டத்தில் இருக்கும். (25% - 80%) இதனால் பாதிக்கப்பட்டவர்கள் கருவுறுகையில் 75% குழந்தைகள், இந்த வியாதியை உடையவர்களாக ஆனால் பிறவிக் குறைகள் இன்றி இருப்பர். ஆனால் 25% குழந்தைகளுக்குக் கீழ்க் கண்ட பிறவிக் குறைகள் இருக்கும்.

பிறவிக் குறைகள் :

அ. நரம்பு மண்டல பாதிப்புகள் :

1. மூளை வளர்ச்சி குன்றிய நிலை
2. மூளையின் பெரும்பகுதி நீரால் நிரம்பி இருத்தல்.
3. தலை மற்றும் மூளையின் மொத்த அளவு சுருங்கி விடுதல்.
4. வலிப்பு ஏற்படுத்தும் மூளை வியாதிகள்.

ஆ. கண் பாதிப்பு :

1. கண்களின் பாதிப்பு : பிறவிக் கண் புரை

இ. கல்லீரல், மண்ணீரல் பாதிப்புகள்

தொற்று உள்ள கர்ப்பிணிப் பெண்களுக்கு, தொற்றின் அளவு அதிகம்



கணவர் ஷேவிங் செய்து வெளியே செல்ல வேண்டிய அவசரச் சூழல். பார்த்தால் ஷேவிங் க்ரீம் இல்லை! யோசித்தேன். ஷேவிங் பிரஷ்ஷில் ஷாம்பூ பாட்டிலிலிருந்து துளி விட்டு அவர் கையில் கொடுக்க, நறுமணத்துடன் நுரைவளம் பொங்க, மழுமழு ஷேவிங்! முகம் மலர நன்றி நவின்றார், என்னவர்!

- எஸ். மாலதி

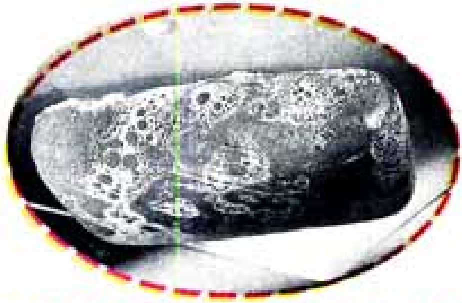


சாம்பார் செய்ய துவரம் பருப்புடன் சிறிதளவு பயத்தம் பருப்பையும் சேர்த்து வேகவைத்துச் செய்தால் குழம்பின் ருசி கூடும்.

- எஸ். விஜயா சீனிவாசன்.

சோப்பைப் பயன்படுத்தும் போது நேரடியாக உடம்பில் தேய்க்காமல் கையில் குழைத்துக் கொண்டு உடம்பில் தேய்த்தால் சோப்பும் மிச்சமாகும். ஒரே சோப்பை வீட்டில் உள்ள அனைவரும் பயன்படுத்தினாலும் சருமத்திற்கு எந்த பாதிப்பும் ஏற்படாது.

- எஸ். பிச்சம்மா ஸ்ரீநிவாசன்.



இருப்பின் 75% கருவுற்ற 7 - 9 மாதங்களில், வயிற்றில் குழந்தை இறந்து விடவும் வாய்ப்புகள் உள்ளன.

ஈ. கண்டறியும் முறைகள் :

1. கருவுற்ற பெண்ணின் இரத்தப் பரிசோதனையில், IgG மற்றும் IgM என்பவற்றின் அளவினைக் கொண்டு பாதிப்பின் வகையையும், அளவையும் அறிந்து கொள்ள இயலும்.

2. பிறந்த குழந்தையின் தொப்புள் கொடியிலிருந்து எடுத்த இரத்தத்திலும், மேற்கூறியவற்றின் அளவு இருப்பதைக் கண்டறிந்து இந்தத் தொற்றினை தகுந்த மருந்துகள் மூலம் குணப்படுத்த இயலும். ஆனால், கருவுற்ற பின் கண்டுபிடிக்கப்பட்டு அதற்கு அளிக்கும் மருந்துகள் கருவிலுள்ள குழந்தைக்கு பாதிப்புகள் ஏற்படுத்தாது என்று கருதினாலும், மாறுபட்ட கருத்துகளும் மருத்துவ உலகில் இன்றும் உள்ளன.

வருமுன் காப்பது எப்படி?

1. பூனைகள் உள்ள வீடுகளில் இருப்பவர்கள் இரத்தப் பரிசோதனைகள் செய்து கொள்வதன் மூலமாக இந்தத் தொற்று உள்ளதா என்று கண்டறிவது நல்லது. கருவுறுதலுக்கு முன்பே பரிசோதனை செய்து கொள்ளுதல் நலம்.

2. கையில் உறைகள் அணியாது, பூனைகள் நடமாடும் இடங்களில் தோட்டங்களில் பராமரிப்பு செய்வதையும், வீட்டிலிருந்து அவற்றின் மலக்கழிவுகளை அகற்றுதலையும் தவிர்க்க வேண்டும்.

3. பதப்படுத்திய பாலை அருந்துதலும், சரிவர சமைக்காத மாமிச உணவை வெளியிடங்களில் தவிர்த்தலும் நன்று.

பூனைகளால் விளையும் ஒவ்வாமை வியாதி

ஒவ்வாமை வியாதி ஏற்படுவதற்கு 40% காரணமாக இருப்பது வீட்டிலுள்ள செல்லப்பிராணிகள். அவற்றின் அதிகபட்ச காரணமாக (80%) இருப்பது பூனைகள்தாம் என்று கணிப்புகள் கூறுகின்றன. பூனைகளின் தோல் மற்றும் சிறுநீர், எச்சில் சுரப்புகளில் உள்ள புரதம்தான் இந்த ஒவ்வாமை வியாதியை உண்டாக்கும் காரணியாகும். இவ் வியாதியால் பாதிக்கப்பட்டவர்களுக்கு 1) கண்களில் தாங்க முடியாத நமைச்சலும், சிவந்து போய், வீங்கிக் கொள்வதும் உண்டு. 2) மேல் அண்ணத்தில், சில வேளைகளில் காதுகளிலும் நமைச்சல் ஏற்படும். 3) இவை தொடர்ந்து கொண்டே இருப்பின் ஆஸ்துமா வியாதியும், சதாசர்வகாலமும் தும்மலும், மூக்கில் நீர் சுரப்பும் உண்டாகும் வாய்ப்புகள் அதிகம்.

இது இன்டர்நேஷனல் கொலு!

இந்தியர்கள் எந்த நாட்டில் வாழ்ந்தாலும் தாய்நாட்டின் பாரம்பர்யங்களையும், கலாசாரத்தையும் துளிக்கூட மறப்பதில்லை. பண்டிகைகளையும், பூஜைகளையும் தவறாமல் கொண்டாடுகிறார்கள். தங்கள் இளையதலைமுறையினரையும் நம் கலாசாரத்திலும் பழக்க வழக்கங்களிலும் நம்பிக்கை வைத்து அனுசரிக்கும்படி வழிநடத்திச் செல்லுகிறார்கள். பாரம்பர்யத்தைக் கட்டிக் காக்கும் இவர்களிடம் நவராத்திரி கொண்டாட்டங்களைப் பற்றிக் கேட்டோம்.

அமெரிக்காவில் காற்று நகரமான சிகாகோவில் தமிழ்ச் சங்கத்தின் செயற்குழு உறுப்பினராக இருக்கும் திருமதி மீனாட்சி சுப்ரமண்யன் தன் இல்லத்தில் நவராத்திரியை எப்படிக் கொண்டாடுகிறார் என்பதைச் சொல்லுகிறார்.

மீனாட்சி சுப்ரமண்யன் :

நவராத்திரி என்றாலே, கொலு, நகையணிந்து சலசலக்கும் பட்டுப் புடைவைகளில் பெண்களும், தழையும் பட்டுப் பாவாடை சட்டையில் சிறுமிகளும் கொலு பார்க்கக் கிளம்புவது, பிரசாதமாக சுண்டல், அப்பம், வடை, பாட்டுப் பாடுவது, பூஜைகளில் கலந்து கொள்ளுவது.. இவை எல்லாமே இங்கு உண்டு. பல இந்தியப் பெண்களைச் சேர்ந்தாற்போல் இந்தச் சூழ்நிலையில் பார்த்தால் இது அமெரிக்காதானா என்கிற சந்தேகம் கூட வந்து விடும்.

என் வீட்டுக் கொலு இன்டர்நேஷனல் கொலு. ஜப்பான், பெல்ஜியம், ரஷ்யா, போலந்து என்று எல்லா நாட்டுப் பொம்மைகளுமே என் கொலுவில் உண்டு. நம்முடைய கலாசாரத்தை அமெரிக்கப் பெண்களும் தெரிந்து கொள்ள வேண்டும் என்கிற ஆசையில் அக்கம் பக்கத்திலுள்ளவர்களை நான் கொலுவுக்கு அழைப்பேன்.

அவர்களும் ஆர்வத்துடன் வருவார்கள். கொலுவை ரசித்துப் பார்த்து விட்டு தாம்பூலம் வாங்கிக் கொள்வார்கள். ஒரு முறை பக்கத்து வீட்டு அமெரிக்கப் பெண் தன் ஒன்றரை வயதுக் குழந்தையுடன் வந்தாள். குழந்தை தெரியாமல் மஞ்சள் கிண்ணத்தைச் சரித்து அது கார்ப்பெட்டின் மீது சிந்தி கறை படிந்து விட்டது. அந்தப்





• பார்கவி வீட்டுக் கொலு!



• மீனாட்சி
சுப்பிரமணியம்



பெண் நான் என்ன சொல்லியும் கேட்காமல் கறையை சோப்பு நீரால் துடைத்து அகற்ற முயன்றாள். அது பயங்கரச் சிகப்பு நிறமாக மாறியதும் ரொம்பவுமே அப்செட் ஆகிவிட்டாள்.

"மஞ்சள் கிழே கொட்டி

மங்கையர் சக்தி
மகத்தான சக்தி
மங்கையர் மலர் வெள்ளிவிழா

பெட்டிக் கதை

மக்கு சுந்தரி

"கிருஷ்ணா... அப்பா ரெண்டு லஞ்ச் பாக்ஸ் வாங்கி வந்திருக்கேன்... ஒண்ணு உனக்கு... இன்னொண்ணு ஸோபனா குட்டிக்கிட்டே நீயே குடுத்துடு" என்றான் அவன் வழக்கம் போலவே.

உடனே இடைமறித்தாள் சுந்தரி.

"இங்க பாருங்க... தின்பண்டம், விளையாட்டுச் சாமான், பரிசுப் பொருள் எதை வாங்கி வந்தாலும் பையன்கிட்டே நீங்களே நேரடியாய்க் கொடுக்கறீங்க. ஆனால் பொண்ணுகிட்டே மட்டும் மகனை விட்டு கொடுக்கச் சொல்றீங்க. பொம்பளைப் புள்ளை மேலே உங்களுக்குத் துளியும் ஆசையே இல்லீங்க" என்று குமுறி வெடித்து விட்டாள்.

"அடி போடீ என் மக்குப் பொண்டாட்டியே... எதையுமே கிருஷ்ணாவின் கைகளாலேயே சோபனாவுக்குக் கொடுத்துப் பழக்கப்படுத்தினால் தங்கைக்கு தேவையானதை எல்லாம் தந்து அரவணைக்க வேண்டியது அண்ணனோட பாசப் பொறுப்பு என்று உணர்வான். இது கூடப் புரியலையா உனக்கு?" என்ற கணவனை பெருமிதமாய் நோக்கினாள் சுந்தரி.

- அரகண்டநல்லூர் கே. பிரதாப்சிங்



ணால் நல்லது நடக்கும் என்பார்கள் நீ வேணுமானால் பார். இன்னும் சில நாட்களில் உங்கள் வீட்டில் நல்லது நடக்கும்" என்று மனைதைத் திசைதிருப்பி விட்டேன்.

ஒரு வாரம் கழித்து அவன் ஃபோன் செய்தாள்.

"யூ நோ... நீ சொன்னது பலித்து விட்டது. ரொம்ப நாளாக கல்யாணமே வேண்டாம்னு பிடிவாதமாக இருந்த என் மைத்துனனுக்கு திருமணம் நிச்சயமாகியிருக்கு" என்றார் மகிழ்ச்சியுடன்.

திருமதி பார்கவி குருராஜ் :

முதலில் குழந்தைகளின் பொம்மைகளைச் சேகரித்து கொலு வைப்பேன். மூன்று படிகளில் துவங்கி இப்போது ஒன்பது வரை வளர்ந்து விட்டது.

சனி, ஞாயிறில்தான் கொலுவுக்கு அழைப்பதை வைத்துக் கொள்வேன். நெடுந்தூரப் பயணம் செய்து வருபவர்களுக்கு அதுதான் சௌகரியம். சுமார் நூறு பேர் வரையில் அழைப்பேன். மதியம் மூன்று மணிக்கு வரத் துவங்கி ஒன்பது வரை தொடரும். அவர்களுக்கு சிற்றுண்டி, மதிய உணவு எல்லாம் எங்கள் வீட்டில்தான்.

திருமதி உஷா :

சிகாகோவில் சுமார் 5000 தமிழ்க் குடும்பங்கள் வசிக்கிறார்கள் என்றால் நம்ப மாட்டீர்கள். பதினாறு ஆண்டுகளாகக் கொலு வைக்கிறேன். இப்போது 11 படிகள் வரை அது வளர்ந்து விட்டது. ஒவ்வொரு ஆண்டும் ஒரு சுவாரஸ்யமான டாபிக் எடுத்துக் கொண்டு திட்டமிட்டுக் கொலு வைப்பேன். திருப்பதி மலை, காஷ்மீர் ஏரிகள், ஆப்பிள் மரங்களுடன் அழகிய இயற்கைக் காட்சிகள், கோகுலத்தில் கண்ணன், ஈஸ்வரியின் பல்வேறு முகங்களும் பெயர்களும் என்று அது மாறிக் கொண்டே இருக்கும்.

ஒருமுறை கொலு பார்க்க வந்த பெண்மணி ஒவ்வொன்றையும் ஆர்வத்துடன் பார்த்து, பாட்டுப் பாடி லஞ்ச் சாப்பிட்ட பிறகு 'ஐய்யோ' என்று அலறியவண்ணம் வெளியே ஓடியதைப் பார்த்து நாங்கள் பயந்து பின்னாலேயே போய்ப் பார்த்தால், அந்தப் பெண்ணின் கணவர் காரிலே இரண்டு மணி நேரமாய் உட்கார்ந்து காத்துக் கொண்டிருப்பதைக் கண்டோம். கணவரை டாக்ஸி மாதிரி வெயிட்டிங்கில் போட்டு விட்டு உள்ளே வந்ததும் அதை அடியோடு மறந்து விட்டார் அந்தப் பெண் என்பது புரிந்தது.

தொகுப்பு : **லக்ஷ்மிரமணன்**



எழாவிடில் பயனில்லை!

'எழுவாய் பயனிலை' என்று நாம் பள்ளியில் தமிழ்ப் பாடம் படித்தோமே... ஞாபகம் வருகிறதா? இப்போது நம் வாழ்க்கைக்கு மிகவும் தேவையான பாடம் ஒன்று இருக்கிறது. அதுதான் "எழாவிடில் பயனில்லை". அதாவது அதிகாலையில் படுக்கையை விட்டு ஆறு மணிக்கு முன்பாக எழாவிட்டால் நாம் வாழ்க்கையில் சாதிக்கப் போவது எதுவுமில்லை என்றே சொல்லலாம்.

பொதுவாக நம்மில் பலருக்கு இரவில் மனதில் பிறக்கும் வைராக்கியம் அடுத்த நாள் காலை இருப்பதில்லை. நாளைக்கு அதிகாலையில் எழுந்து 'டக்' என்று கிளம்பி இவரைப் போய்ப் பார்த்து விட வேண்டும் என்று மனதளவில் தீர்மானம் செய்துவிட்டுப் படுத்து, அடுத்த நாள் காலை அலாரம் அலறும் போது 'சே' என்று அதன் தலையில் ஓங்கி ஒரு தட்டுத் தட்டி விட்டு, விட்ட தூக்கத்தை வேகமாகப் பிடிப்பவர்கள் நம்மில் எத்தனையோ பேர். அலாரத்தின் தலையில் மட்டும் ஓங்கித் தட்டி நிறுத்தவில்லை. நம் வாழ்க்கையின் முன்னேற்றத்தையே தட்டி நிறுத்துகிறோம் என்பதை நாம் அந்தக் கணம் யோசிப்பதில்லை. யோசிக்க ஆரம்பித்தால்... அதிகாலை அற்புதத் தூக்கம் போய் விடுமே!

சரி... அதிகாலையில் எழாவிட்டால் என்னென்ன பாதிப்புகள்?

அதிகாலை என்பது ஒரு ரம்மியமான நேரம். ஆரோக்கியம் தரும் 'ஓஸோன்' காற்றில் நிறைந்திருக்கும் நேரம். அந்த நேரத்தில் எழுந்து வாக்கிங் செல்பவர்களும், யோகாசனம் செய்பவர்களும், உடற்பயிற்சி செய்பவர்களும் மிகுந்த ஆரோக்கியத்துடன் நாள் முழுவதும் உற்சாகமாக இருப்பதைப் பார்த்திருப்பீர்கள். 'ஓஸோன்' காற்றை சுவாசிக்காமல் இழுத்துப் போர்த்திப் படுத்திருப்பவர்கள் ஆரோக்கிய வாழ்வை தாங்களே அண்ட விடாமல் செய்கிறார்கள் என்றே சொல்லலாம்.

• நம் உடலின் ஒவ்வொரு உறுப்புக்களும் ஒவ்வொரு குறிப்பிட்ட நேரத்தில் மிக நன்றாகப் பணிபுரிகிறது என மருத்துவ அறிக்கைகள் கூறுகின்றன. அதன்படி பார்த்தால் பெருங்குடல் காலை 5 மணி முதல் 6 மணி வரை நன்கு சுருங்கி விரிந்து பணியாற்றுகிறது. அதிகாலையில் எழுபவருக்கு மலச்சிக்கல் பிரச்னை என்பதே இருக்காது. அதிகாலையில் வயிறு சுத்தமாக லேசாகி விட்

மங்கையர் சக்தி
மகத்தான சக்தி
மங்கையர் மலர் வெள்ளிவிழா

டாலே போதும். அன்று பாதிப் பிரச்னை இளியரான மாதிரிதான். அதிகாலை எழாத போது கழிவுகள் தங்கி ஜீரண உறுப்புகள் பாதிக்கப்பட்டு உடலுக்கு ஒரு அசதியையும், நோவையும் கொடுக்கிறது.

• நேரம் கழித்து எழும் போது ஒவ்வொரு வேலையும் ஓரிரு மணி நேரம் பின்தங்கி, பின்தங்கி பல வேலைகளை முடிக்க முடியாமல் போய் விடுகிறது. முடிக்க முடியாத வேலைகள் சேர்ந்து கொண்டு அந்த வேலைப்பளு உடலையும் மனதையும் அழுத்த உடல்நலமும், மன நலமும் பாதிக்கப்படுகிறது.

• லேட்டாக எழுந்து விட்டோமே என குளிப்பதில் ஒரு வேகம் - ஆரோக்கியக் குறைவு, சமைப்பதில் ஒரு வேகம் - ருசி



இல்லாமை, சாப்பிடுவதில் ஒரு வேகம் - ஜீரணக் கோளாறு, பஸ் பிடிக்க, டூவீலர் அல்லது காரில் ஒரு வேகம் - எதிர்பாராத விபத்து - பள்ளி கல்லூரிகளில் ஆழமாகப் படிக்காமல் படிப்பதில் ஒரு வேகம் - மதிப்பெண் குறைவு, அலுவலக வேலையில் ஒரு வேகம் - பணியில் தவறுகள். எல்லாவற்றிற்கும் ஒட்டுமொத்தக் காரணம் அதிகாலையில் எழாததே.

சரி... அதிகாலை ஆறு மணிக்கு மேல் படுக்கையில் இனிமேல் இருப்பதில்லை என முடிவு செய்து விட்டீர்கள் அல்லவா? இதோ உங்களுக்குச் சில டிப்ஸ் :

• ஒரு மணி நேரம் முன்னதாக எழ நீங்கள் முடிவு செய்து விட்டால் ஒரு மணி நேரம் முன்னதாகவே படுக்கைக்குச் செல்லவும் பழகிக் கொள்ளுங்கள். மொத்தத்தில் நீங்கள் தூங்கும் நேரம் ஒரே அளவாக இருக்கும்.

• இரவு படுப்பதற்கு முன் அலாரம் வைத்துக் கொள்ளப் பழகிக் கொள்ளுங்கள். ஓரிரு மாதங்கள் அலாரம் உங்களை எழுப்பி விட பிறகு பழக்கமாகி விட்டால் அலாரத்திற்கு முன் நீங்களே எழுந்து விடுவீர்கள்.

• நீங்கள் காப்பிப் பிரியரா? அல்லது டீ விரும்பியா? இலேசாக விழிப்பு வரும் போதே சூடான காப்பியை கற்பனை செய்யுங்கள். ருசியான காப்பி எண்ணம், தூங்கும் எண்ணத்தைக் கைவிடச் செய்யும்.

• அலாரம் அடித்தவுடன் திரும்பிப் படுக்காமல் எழுந்து உட்காருங்கள். ஓரிரு நிமிடங்கள் உட்கார்ந்து இருந்தால் நிச்சயமாக எழுந்து விடுவீர்கள்.

• வாரத்தில் எல்லா நாட்களும் அலாரம் வைத்து அதிகாலையில் எழுவது உங்களுக்கே இயந்திரகதியாகப்பட்டால், வாரத்தில் ஒரு நாளை அதாவது ஞாயிற்றுக் கிழமையை உங்கள் சுதந்திர தினமாகக் கொண்டாடுங்கள். அன்று ஒருநாள் ஓய்வு... மற்ற ஆறு நாட்களை சுறுசுறுப்பாக வைத்துக் கொள்ள உதவட்டுமே!

- கீதா தெய்வசிகாமணி



கூடி விளையாடு பாப்பா - 9

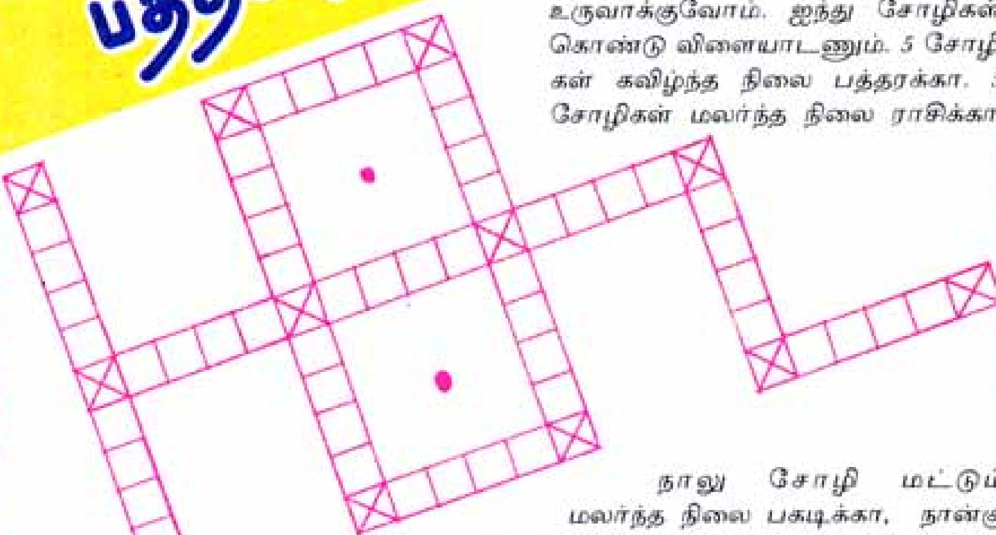
பழைமையை அழியாமல் காத்து வைத்தால் மீண்டும் ஒருநாள் புத்துயிர் பெற்று எழும் என்பது மங்கையர் மலர் வாசகியரது நம்பிக்கை.

'கூடி விளையாடு பாப்பா'வுக்காகப் பத்தரைக் கட்டத்தை எழுதியனுப்பியதோடு தானே கைப்படக் களிமண்ணைப் பிசைந்து இந்த ஆட்டத்திற்கான காய்களை உருவாக்கிக் கட்டத்தையும் வரைந்ததோடு நில்லாமல் தமது சம்பந்தி (90 வயது)யிடம் கேட்டுச் சரிபார்த்து நமக்கு அனுப்பியிருக்கும் திருமதி கமலா கோபாலனுக்கும் குடந்தையிலிருந்து இதே ஆட்டத்தை எழுதியனுப்பியுள்ள மற்றொரு வாசகி எஸ். ஜயலட்சுமிக்கும் நன்றி.



பத்தரைக் கட்டம்

பத்தரைக் கட்டத்திற்கு மொத்தம் 7 காய்கள். பத்தரைக் காய், ராசிக்காய், பகடிக் காய், சோகடிக்காய், மூணுக்காய் இரண்டுக் காய், தாயக்காய். இருவர் ஆடலாம். மூன்று பேரும் ஆடலாம். 7 காய்களும் வித்தியாச மான வடிவம். மாக்கல், செங்கல், களிமண் கொண்டு உருவாக்குவோம். ஐந்து சோழிகள் கொண்டு விளையாடணும். 5 சோழிகள் கவிழ்ந்த நிலை பத்தரக்கா. 5 சோழிகள் மலர்ந்த நிலை ராசிக்கா,



நாலு சோழி மட்டும் மலர்ந்த நிலை பகடிக்கா, நான்கு சோழிகள் கவிழ்ந்து ஒரு சோழி மலர்ந்த நிலை சோகடிக்கா. 5 சோழிகளில் மூன்று மட்டும் மலர்ந்த நிலை மூன்றுக்காய், இரண்டு மட்டும் மலர்ந்த நிலை இரண்டுக்காய் ஒன்று மட்டும் மலர்ந்த நிலை தாயம்.

விளையாடும் விதம் :

ஐந்து சோழிகளையும் இரண்டு கைகளாலும் கைகளைக் குவித்து விளையாட்டை ஆரம்பிக்க வேண்டும். எந்த சோழி மலர்கிறதோ அதற்குத் தகுந்த காயை நகர்த்த

வேண்டும். எதிரணியின் காய்களுக்கு அந்தந்த காயே வெட்டுப்படும். உதாரணமாக மூணுக்கு மூணு. பகடிக்கு பகடிக்கா. ஆனால் பத்திரக்கா கட்டம் விட்டு கட்டம் தாண்டும் போது இடையில் உள்ள எதிரணியின் காய்கள் வெட்டுப் பட்டு தாயக் கட்டத்திற்கு வந்து விடும். அது போல் ராசிக்கா தாண்டும் போதும் காய்கள் வெட்டுப்படும். எந்த காய் பழம் ஆகிறதோ அந்த விருத்தத்திற்கு மற்ற காய்களை நகர்த்தலாம். 7 காய் பழமானால் ஆட்டம் முடியும். ரேடியோ கூட இல்லாத காலக்கட்டம். படிக்கவும் பெண்களை அனுப்ப மாட்டார்கள். பொழுதுபோக்க தாயக்கட்டம், பல்லாங் குழி, பத்தரைக் கட்டம்தான் உதவும். சுவாரஸ்யமான ஆட்டம்.

பத்தரைக்காய் ராசிக்காய் பகடிக்காய் ஜோடிக்காய் மூணுக்காய் இரண்டுக்காய்



தாயக்காய்.



ஒவ்வொருவரும் தன் பக்கம் இருக்கும் கட்டங்களில் சுற்றி விட்டு எதிர்க்கட்டத்திற்கும் போய் சுற்றி நடுவில் போய்ப் பிறகு பழத்திற்குப் போகணும்.

நாலு மூலைகளில் வெட்டுப்படாது. காய்க்குக் காய் மட்டுமே வெட்டுப்படும். மற்ற காய் வெட்டுப்படாது. மற்ற காய்கள் பழம் அடைந்தால் ஒரே தாயத்தில் பத்ரக்கா, ராஸிக்கா இரண்டும் பழம் அடையலாம்.

- எஸ். ஜெயலட்சுமி.

பத்தரை  செக்களாஞ்சி  சோளா  பாளா  அந்தந்த விருத்தங்களுக்கு அதற்குண்டான காய்களை நகர்த்த வேண்டும்.

5 சோழியில் ஆட வேண்டும்.

5ம் கவிழ்ந்து விழுந்தால் பத்தரை.

5ம் நிமிர்ந்து விழுந்தால் செக்களாஞ்சி

4ம் கவிழ்ந்து விழுந்தால் பாளா

4ம் நிமிர்ந்து விழுந்தால் சோளா



மறு ஆட்டம் ஆட வேண்டும்

1 விழுந்தால்  இந்தக் காயை நகர்த்த வேண்டும்.

2 விழுந்தால்  இந்தக் காயை நகர்த்த வேண்டும்.

3 விழுந்தால் இந்தக் காயை நகர்த்த வேண்டும்.

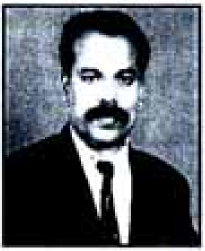
 இந்தக் கட்டத்தில் ஒருவர் காய் இருக்கும் போது மற்றொருவர் வரக் கூடாது.

- கமலா கோபாலன்

வெற்றிக்கு வழி

இவரை ஒருமுறை சந்தியுங்கள். உங்கள் வாழ்க்கையில் ஒரு மிகப்பெரிய திருப்பத்தை, வெற்றியை மிக விரைவில் அடைவீர்கள்.

இதை இவரிடம் சென்றவர்கள் அனைவரும் அனுபவப்பூர்வமாக கூறிய உண்மை.



உங்கள் வாழ்க்கையில் உள்ள அனைத்துப் பிரச்னைகளுக்கும் பெயர், கையெழுத்து, தொழில் வசியம், இராஜ வசியம் போன்றவற்றின் மூலம் 100க்கு 100 சதம் தீர்த்து வைக்கிறார். உலகளவில் பல்லாயிரக்கணக்கானோர் வாழ்வில் வளம் பெறச் செய்துள்ளார்.

தொழிலில் வெற்றி இல்லாமை, வியாபாரத்தில் விருத்தி இல்லாமை, கணவன் - மனைவிக்குள் கருத்து வேறுபாடு, தாம்பத்யக் கோளாறு, திருமணம் தடைபட்டுக் கொண்டேயிருத்தல், குழந்தை பாக்கியம் இல்லாமை, வெளிநாடு செல்லத் தடை, எதிர்ப்பு, கோர்ட் வழக்கு, மனக்குழப்பம், பணம் இருந்தும் மனநிம்மதி இல்லாமை, கடின உழைப்பிருந்தும் செல்வம் சேர்க்க முடியாமை, புகழ் பெற முடியாமை, முயற்சி இருந்தும் முன்னேற்றத் தடை, செய்வினை, மாந்திரீக பாதிப்பு, தீய பழக்கங்களுக்கு அடிமையாதல் போன்ற அனைத்துப் பிரச்னைகளுக்கும் பெயர், கையெழுத்து, தொழில் வசியம், பெயர் வசியம், இராஜ வசியத்தின் மூலம் தீர்த்து வைக்கிறார்.

இவரால் தொழில் வசியம் செய்யப்பட்ட அனைத்துத் தொழில் நிறுவனங்களும் இன்று முன்னணியில் வெற்றிகரமாக இயங்கிக் கொண்டிருக்கின்றன.

இவரிடம் பெயர் வசியம் செய்து கொண்டவர்கள் பலரும் இன்று கலைத் துறையிலும், அரசியலிலும் புகழ் பெற்று விளங்குகிறார்கள். இராஜ வசிய உச்சாடனப்படி அதிர்ஷ்டப் பெயர் அமைத்துக் கொண்டவர்கள் பலரும் இன்று மிகப்பெரிய கோடீஸ்வரர்களாகவும், சாதனையாளர்களாகவும் திகழ்கிறார்கள்.

வெற்றியடைய முடியாத பல காரியங்களைச் சவால் விட்டுச் சாதித்துக் கொடுத்துள்ளார்.

ஆண்-பெண் எந்தத் தேதியில் பிறந்தவராக இருந்தாலும் அவர்கள் திருமணம் செய்த நாளின் கூட்டு எண் (திருமணத் தேதி, மாதம், வருடம் மூன்றையும் கூட்டி வரும் எண்) 2, 4, 5, 7, 8 வரும் நாளில் கண்டிப்பாகத் திருமணம் செய்யக் கூடாது. அப்படிச் செய்தால் சோதனைகளும், போராட்டங்களும் நடக்கும். இதிலிருந்து விடுபட இவர் சொன்னபடி "மறுமாங்கல்ய பூஜை" செய்து கொண்டவர்கள் அனைவரும் இன்று சிறப்புடனும், செல்வச் செழிப்புடனும் வாழ்ந்து கொண்டிருக்கிறார்கள்.

நீங்களும் வாழ்வில் வளம் பெற, பணம், பதவி, புகழ் பெற உடனே (அதிர்ஷ்டக் கலை) அதிர்ஷ்ட நியூமராலஜி நிபுணரை இன்றே சந்தியுங்கள்.

வெளிநாட்டு அன்பர்கள் போன் (அல்லது) தபால் மூலம் தொடர்பு கொண்டு பயனடையுங்கள்.

விஞ்ஞான ஆய்வு முறையில் நியூமராலஜி, நேமாலஜி, சைன், தொழில் வசியம், பெயர் வசியம், இராஜவசியம், சர்வ காரியசித்தி வசியம், ஜன வசியம், மேக்பவர், கையெழுத்து வசியம் கிராபாலஜி போன்றவற்றின் மூலம் மிக நல்ல முறையில் அனைத்துப் பிரச்னைகளுக்கும் தீர்வு தருகிறார்.

உலகப்புகழ் அதிர்ஷ்ட நியூமராலஜி மாமேதை கே.ஆர். பிரபாகர் ராஜ் அவர்களைச் சந்தித்து வாழ்வில் வெற்றிமேல் வெற்றிகளைக் குவியுங்கள்.

இவரது புத்தகங்களை வாங்கிப் படியுங்கள்.

1. **அதிர்ஷ்ட பெயர் எண் சாஸ்திரம்** (தமிழ், ஆங்கிலம், தெலுங்கு) ரூ.300/-
2. **வெற்றிக்கு வழி** ரூ.1,050/-
3. **பணம், பதவி, புகழ்** ரூ.550/-

தபால் மூலம் பெற - M.O செய்யுங்கள்.

வெளிநாட்டினர் இரு மடங்கு தொகை அனுப்புங்கள்.

வாழ்வில் முன்னேற வந்து சந்தியுங்கள்

சென்னையில்

பிரதி மாதம் 6, 7 தேதிகளில் நேரில் சந்திக்கலாம்
செல்: 94430 56366

பெங்களூரில்

பிரதி மாதம் 21, 22 தேதிகளில் நேரில் சந்திக்கலாம்.
செல்: 094430 56366

உங்கள் வெற்றிக்கு வழிகாட்டும் "நியூமராலஜி மாமேதை"- கே.ஆர். பிரபாகர் ராஜ்

நியூமராலஜி - நேமாலஜி - சைன் - தொழில் வசியம்



கே.ஆர். பிரபாகர்ராஜ்

நல்லாந் தோட்டம், கணு வக்கரை (P.O) 638 459.
பு புளியம்பட்டி (Via), கோவை முத்தூர் (Dt.)
TAMIL NADU - INDIA. Ph :(04254) 287258.
Cell:(0) 94430 56366 Fax : 04254 - 287258

வார விடுமுறை : புதன், வியாழன்



நீங்கள் நினைப்பதை அடையலாம்.

பொன் மழை பொழியத் துதி

17.ஸரஸிஜநிலையே ஸரோஜஹஸ்தே
தவளதமாம்சுக கந்த மால்ய சோபே ।
பகவதி ஹரிவல்லபே மநோஜ்ஞே
த்ரிபுவந பூதிகரி ப்ரஸீத மஹ்யம் ॥

18. யத்கடாக்ஷ ஸமுபாஸநா விதி
ஸேவகஸ்ய ஸகலார்த ஸம்பத் ।
ஸந்தநோதி வசநாங்க மாநஸை :
த்வாம் முராரி ஹ்ருதயேஸ்வரீம் பஜே ॥

19. திக்கஸ்திபி கநககும்ப முகாவஸ்ருஷ்ட
ஸ்வர்வாஹிநீ விமலசாருஜலாப்லுதாங்கீம் ।
ப்ராதர்நமாமி ஜகதாம் ஜநநீமசேஷ
லோகாதி நாதக்ருஹிணீம் அம்ருதாப்தி புத்ரீம் ॥

20. கமலே கமலாக்ஷ வல்லபேத்வம்
கருணாபூர தரங்கிதைரபாங்கை : ।
அவலோகய மாம் அகிஞ்சநாநாம்
ப்ரதமம் பாத்ர மக்ருத்ரிமம் தயாயா : ॥

21. ஸ்துவந்தியே ஸ்துதிபி ரமூபிரந்தவஹம்
த்ரயீமயீம் த்ரிபுவந மாதரம் ரமாம் ।
குணாதிகா குருதர பாக்ய பாஜிநோ
பவந்தி தேபுவி புதபாவிதாசயா ॥

17. பங்கய மலராளைப் பங்கயம் நிகர் கரத்தாளை
சங்கன்ன வெண்பட்டு, களபம், மாலை விளங்கச்
செங்கண்மா மாலவன் தன்சிந்தை நிறைந்தாளை
நல்லோர் சித்தம் அறிந்தாளை சிறப்பினிங்கு
தங்குவளம் மூவுலகுக்கும் தந்தாளைத் தாயவளை
இங்கென் குறைதீர்க்க வேண்டுவனே இசைந்து!



18. பார்வையொன்றால் பேறுகள் ஈரெட்டும் பரிந்தெமக்கு
அருளும் தாயே
ஆர்வமுடன் உன்னடி பணிந்தார் அடியாரவர்க்கும் அருளும் செந்திருவே
இன்றுன்னைச் சரண் புகுந்தேன் முராரி இதயத்து நாயகியே
என்றுமிங்கு எனைக் காக்கும் எழிலே இசைந்தருளே!

19. பொற்குடத்து ஏந்திவந்த புனித கங்கை நீராட்டும்
திசையானைகள் புடைசூழத் திருமகளே உலகாள்வாய்
பாற்கடலுதித்த நற்பாவாய் (உலகாளும்) பரந்தாமன் துணைவி
இசையொடு வைகறையில் இசைத்திடுவேன் நயந்து!

20. பங்கயமே பங்கய மலர்க்கண்ணன் பரந்தாமன் தேவியே
இங்குன் அடியார் ஏழையினும் கடையேன் வேண்டக்
கருணை செய்வாய் தேவியுன் கடைக்கண் பார்வைதன்னை
தருணமீதே தாயே தமியன் என்பால் காட்டுவையே!

21. வேதவடிவானவளை மூவுலகும் வேண்டுகின்ற பேரருளைப்
பாதம் பணிந்து இப்பாடல்களால் பாடுகின்ற அடியவர்கள்
கோதில்லா நற்குணத்தார்; குறைவில்லாப் பேறுபெற்றார்
வாது செய்ய எதிரிலாது பிறர் வணங்குமோர் நிலையடைவர்!

தமிழாக்கம் : **செ.ப. ராமமூர்த்தி**
(சுபம்)

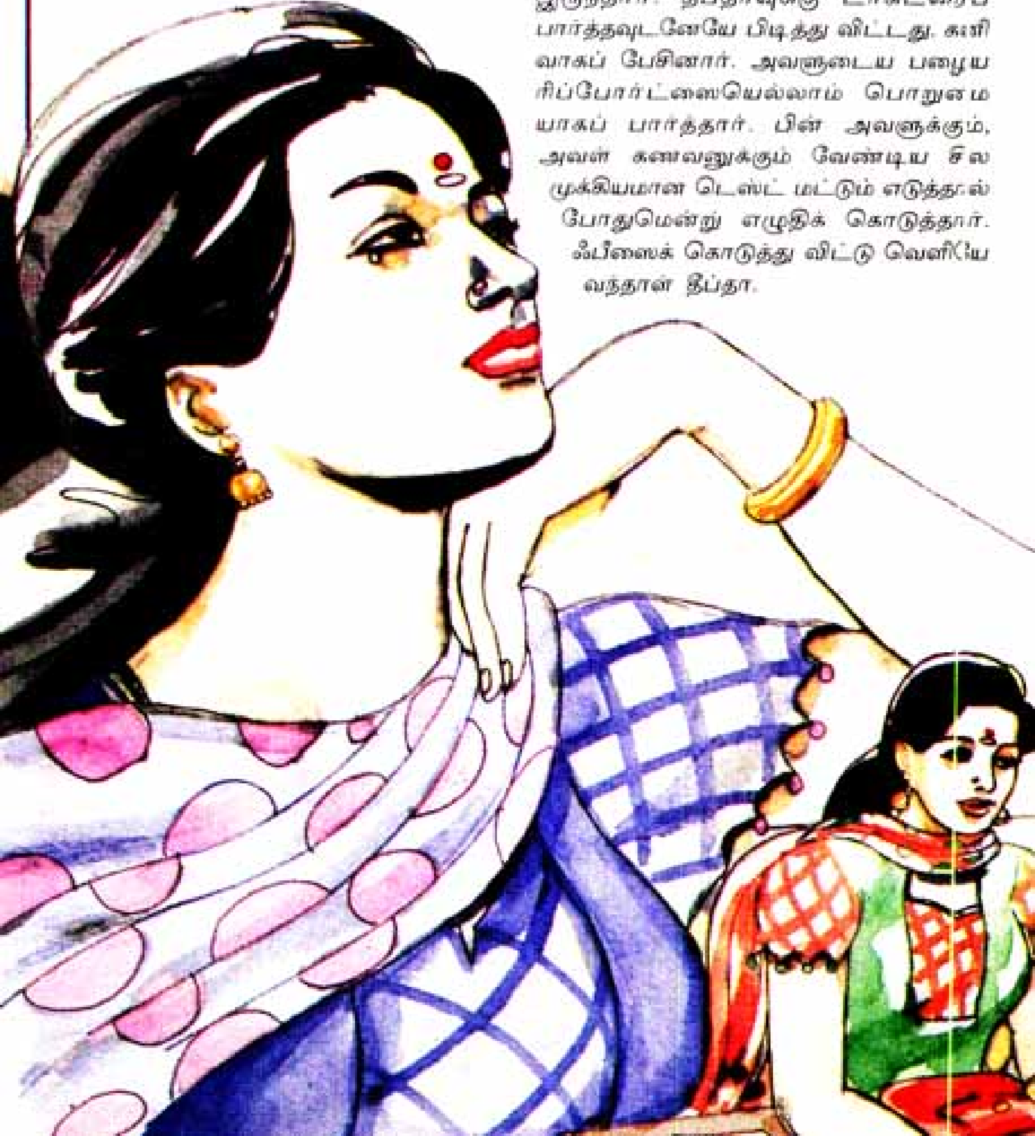
ஸ்ரீ ஆதிசங்கரர் அருளிய கனகதாரா ஸ்தோத்ரம்

தீப்தாவுக்கு அன்று புது டாக்டரிடம் அப்பாயின்ட்மென்ட். காலை பத்து மணிக்கெல்லாம் ஸ்கூட்டியை எடுத்துக் கொண்டு வீட்டிலிருந்து 2 கி.மீ. தொலைவில் இருக்கும் தனியார் கிளினிக்குக்குக் கிளம்பி விட்டாள்.

அவளுக்குக் குழந்தையின்மை காரணமாக இது போன்ற சிகிச்சையில், கடந்த 10 வருடங்களாக அவளும் பார்க்காத டாக்டர் இல்லை. போகாத கோயில் இல்லை. இப்போது புது டாக்டர் தீப்தாவின் நாத்தனாரின் தோழி சொன்னாரென்று இங்கு வந்தாயிற்று. தீப்தா, முடிவு பண்ணி விட்டாள். இதுதான் கடைசி டாக்டர். இனிமேல் எங்கேயும் ஓடப் போவதில்லை.

தீப்தாவின் கணவன் ஹரிக்கு தனியார் கம்பெனியில் பொறுப்பான பதவி என்பதால் அவசியமானால் தவிர தீப்தாவுடன் ஹாஸ்பிடலுக்குச் செல்ல முடிவதில்லை.

அன்று அவள்தான் முதல் பேஷண்ட். அட்டெண்டர் அவள் பெயரை அழைத்தவுடன் வேகமாகத் தன் பழைய ரிப்போர்ட்டை எல்லாம் எடுத்துக் கொண்டு டாக்டரின் அறைக்குள் நுழைந்தாள். டாக்டர் ராஜேஸ்வரி சுமார் ஐம்பது வயது மதிக்கத்தக்க பெண்மணியாக இருந்தார். தீப்தாவுக்கு டாக்டரைப் பார்த்தவுடனேயே பிடித்து விட்டது. கனிவாகப் பேசினார். அவளுடைய பழைய ரிப்போர்ட்டையெல்லாம் பொறுமையாகப் பார்த்தார். பின் அவளுக்கும், அவள் கணவனுக்கும் வேண்டிய சில முக்கியமான டெஸ்ட் மட்டும் எடுத்தால் போதுமென்று எழுதிக் கொடுத்தார். ஃபீஸைக் கொடுத்து விட்டு வெளியே வந்தாள் தீப்தா.



தெளிவு

ஜெயந்தி மோகன்

அவளுக்கு டாக்டரின் உருவத்தில் தன் அம்மாவையே பார்ப்பது போலிருந்தது. வீட்டுக்கு வரும் போதும், வீட்டிற்கு வந்து வேலைகளை கவனிக்கும் போதும் டாக்டரின் நினைப்பாகவே இருந்தது அவளுக்கு.

அன்று மாலை ஹரி ஆபீஸிலிருந்து திரும்பியதும், அன்று கிளினிக் போய் விட்டு வந்ததை ஒரு குழந்தை போல் விவரித்தாள். டெஸ்ட்டுகள் எல்லாம் எடுத்து, ரிசல்ட் வந்தவுடன் டாக்டரைப் போய்ப் பார்க்கலாம் என்று ஹரியும் வேலையில் மூழ்கினான்.

இரண்டு நாட்களுக்குப் பின் ரிசல்ட் வந்ததும் எடுத்துக் கொண்டு, ஆஸ்பிடலுக்கு ஓடினாள். அந்த வேகத்தில், அவள் டாக்டரைப் பிரிந்த ஏக்கத்தை உணர்ந்தாள். டாக்டரும், ரிசல்ட்டைப் பார்த்து விட்டு அடுத்து மேற்கொள்ள வேண்டியவற்றை விளக்கிச் சொன்னார். தீப்தாவிற்கு மனதில் அடக்கிக் கொள்ள முடியவில்லை. "டாக்டர், நான் உங்களை அம்மானு கூப்பிடறேனே" என்றாள். டாக்டரும் புன்னகையுடன் அதை ஏற்றுக் கொண்டார்.

இப்போது தீப்தாவுக்கு கிளினிக் போவதென்றாலே சந்தோஷமாக இருக்கிறது. புத்துணர்ச்சியுடன் இருப்பதாக உணர்கிறாள். ஹரி கூட கேலி செய்கிறான், "இன்னைக்கு உங்கம்மா கூட பேசலன்னியே; எப்படித் தூக்கம் வருது உனக்கு?" என்று.

இப்படிக் கூட ஒரு ஆத்மார்த்தமான பந்தம் சாத்தியம்தானா என்று தன்னைத்தானே கேட்டுக் கொள்கிறாள். ஒவ்வொருமுறை ஸ்கேன் செய்யும் போதும் 'அம்மா, எனக்கு கருமுட்டை ஏன் சரியாக வளரவில்லை' 'ஏன் சரியான நேரத்துக்கு வெடிக்கவில்லை' என்று அடிக்கடி கேள்வி கேட்டுக் கொண்டே இருப்பாள். டாக்டரும் பொறுமையாகப் பதில் சொல்லுவார். "சில சமயம் சில விஷயங்களுக்குக் காரணமே சொல்ல முடியாது. கண்டதையும் போட்டுக் குழப்பிக்காதே. ரிலாக்ஸா இரு தீப்தா" என்பார்.

இப்படியே மூன்று மாதங்கள் ஆகிவிட்டன. அந்தச் சமயத்தில்தான் அவளுக்கு அந்த நல்ல சந்தர்ப்பம் வாய்த்தது. அவள் வீட்டுக்கு அருகே உள்ள ஒரு 'வுமன்ஸ் கிளப்பில்' பாட்டுப் போட்டி என்று தெரியவந்தது. சரி முயற்சி பண்ணலாம் என்று நுழைந்தவளுக்கு முதல் பரிசு! அவள் அடைந்த சந்தோஷத்திற்கு அளவே இல்லை. உடனே ஹரியின் செல்லுக்குக் கூப்பிட்டு விஷயத்தைச் சொல்லி விட்டு, சாக்லேட் வாங்கிக் கொண்டு நேரே கிளினிக்கிற்குத்தான் ஓடினாள் அம்மாவைப் பார்க்க!

மறுநாள், அவள் வீட்டில் வேலையாக இருந்த போது 'ஃபோன்' அன்று நடந்த பாட்டுப் போட்டிக்கு ஜட்ஜாக வந்திருந்த ஆடிஸம், டௌன் சின்ட்ரோம்



தாய்மை வெல்க!
அக்டோபர் 2005

குழந்தைகளுக்கான பள்ளி நடத்தும் சரஸ்வதி மேடம் எதிர் முனையில். 'எங்கள் பள்ளியில் மியூஸிக் சொல்லிக் கொடுக்க முடியுமா?' என்கிற கோரிக்கையுடன். தீப்தாவுக்கு என்ன சொல்வதென்றே தெரியவில்லை. பிறகு சட்டென்று, "இல்லை மேடம், நான் ட்ரீட்மெண்ட் எடுத்துக் கொண்டிருப்பதால், டெய்லி வர முடியாது. வாரத்துக்கு 2 அல்லது 3 முறை வந்து ஃப்ரீயா சர்வீஸ் மாதிரி கிளாஸ் எடுக்கறேனே" என்றாள். சரஸ்வதி மேடத்துக்கும் ரொம்ப சந்தோஷமென்று அவர் குரலிலேயே தெரிந்தது.

உடனே டாக்டர் அம்மாவுக்கு ஃபோன் பண்ணி விஷயத்தைப் பகிர்ந்து கொண்டு அவரது வாழ்த்துகளையும் பெற்றாள்.

அன்று தீப்தா எடுக்கப் போகும் முதல் கிளாஸ். அந்த ஸ்கூல் அவள் வீட்டுக்கு அருகிலேயே இருந்ததால் மிகவும் வசதியாக இருந்தது. சரஸ்வதி மேடம் அந்தச் சிறிய ஸ்கூலைச் சுற்றிக் காண்பித்து விட்டு, ஒவ்வொரு பையனையும் அறிமுகப்படுத்தி வைத்தார். பெரிய பையன்கள் சாதுவாக இருந்தனர். கேட்டால் கேட்ட கேள்விக்கு பதிலளித்தனர். சிலருக்குத்தான் பேச்சு சரியாக வரவில்லை. சிறிய பையன்களில் சில மிகவும் முரண்டு பிடித்துக் கொண்டும், கத்தி, அழுது கொண்டும் இருந்தன.

பின் மேடம், பெரிய பையன்களுக்கு முதலில் கிளாஸை ஆரம்பிக்கச் சொல்லி விட்டுப் புறப்பட்டு விட்டார். தீப்தாவும், முதலில் பிள்ளையார் பாட்டுடன் ஆரம்பித்தாள். எல்லோரும் ஆர்வத்துடன் கற்றுக் கொண்டனர். தீப்தாவுக்கும் இது புது அனுபவமாதலால், மிகவும் சந்தோஷமாக உணர்ந்தாள்.

கிளாஸை முடித்து விட்டு வெளியே வரும் போது, இரண்டு பெண்கள் தங்கள் குழந்தைகளை அழைத்துப் போக வெளியே காத்திருக்கும் போது பேசிக் கொண்டது காதில் விழுந்தது. அதில் ஒருத்தி, "இவன் வயித்துல வந்ததுக்கப்புறம் மூணாவதா வந்துடுச்சே, வேண்டாம்னு கலைக்க என்ன பாடுபட்டேன் தெரியுமா? நான் அந்தப் பாவத்தைப் பண்ண நினைச்சதுனாலதானோ என்னவோ, ஆண்டவன் எனக்கு இப்படி நரு குழந்தையைக் குடுத்து தண்டிச்சுட்டான்னு நினைக்கிறேன்" என்று அழுதபடி கூறிக் கொண்டிருந்தாள். அதற்குப் பக்கத்திலிருந்த பெண், "வரணும்னு இருந்தா என்ன தடுத்தாலும் வந்துடுங்க, யாராலயும் தடுக்க முடியாது. என்னங்க பண்றது உங்களுக்காவது பையன், எனக்கு பொண்ணு இப்படி ஆயிடுச்சு" என்று கூறி வருத்தப்பட்டுக் கொண்டிருந்தாள். சரஸ்வதி மேடத்தின் ரூம் வாசலில் நின்று கொண்டிருந்த தீப்தாவுக்கு, அதைக் கேட்டதும், சுரீரென்றது. நாம் எவ்வளவு கஷ்டப்படுகிறோம் ஓர் உயிர் ஜனிக்க வேண்டுமென்று. "எல்லாவற்றுக்கும் காரணம் சொல்ல முடியாது தீப்தா" என்ற டாக்டர் அம்மாவின் குரல் அவள் காதில் ஒலித்தது.

நேரே வீட்டுக்குப் போனவுடன் முதல் வேலையாய், டாக்டர் அம்மாவின் செல்லுக்கு அழைத்து, "அம்மா, எனக்கு எப்போ கிடைக்கணுமோ கிடைக்கட்டும். எனக்கு நம்பிக்கை இருக்கு. நான் இனிமேல் கேள்விகள் நிறையக் கேட்டுத் தொல்லை பண்ண மாட்டேம்மா" என்றாள். டாக்டர் சிரித்துக் கொண்டே, "என்ன ஆச்சு தீப்தா? ஒண்ணும் புரியலை" என்றார். ஆனால் தெளிந்த நீரோடையாய் இருந்தாள் தீப்தா.



தாய் வளர்ப்பதைப் பொறுத்தே குழந்தைகளின் எதிர்காலம் அமையும்.
- நெப்போலியன்
தகவல் : கே.வி. சீனிவாசன்.

கர்ப்பிணிப் பெண்ணுக்கு ஊட்டச்சத்து!

தாய்மை வெல்க!
அக்டோபர் 2005

கர்ப்பிணிகள் ஏழு மாதம் ஆகிவிட்டால் தினமும் காலையில் எலுமிச்சை அளவு வெண்ணெய் எடுத்து அதை சூடு உள்ள வடித்த கஞ்சி (அ) வெந்நீரில் போட்டு குடித்து வந்தால் சுகப்பிரசவம் ஆகும். மலச்சிக்கல் இருக்காது.

மாதா மாதம் செக்-அப் போகும் போது டாக்டர். ஹீமோகுளோபின் அளவைப்



பார்ப்பார்கள். இது குறைந்தால் இரும்புச்சத்து மாத்திரை கொடுப்பார்கள். தினமும் சாப்பாட்டில் 100 கிராம் பிஞ்சு வெண்டைக்காய் வாங்கி (அலம்பி) சிறிதாக நறுக்கி அதன் கூட சின்ன வெங்காயம் போட்டு உப்பு, காரம் போட்டு கூட்டு போல் செய்து சாப்பிடவும். வதக்கக் கூடாது. தண்ணீர் விட்டு வேகவைக்க வேண்டும். (கொழகொழ என்று வர வேண்டும்) சூப்பு போல் செய்தும் சாப்பிடலாம்.

நேந்திரம் பழம் ரொம்ப நல்லது. கேரளாவில் உள்ளவர்கள் தினமும் காலை, மாலை இரு வேளையும் நேந்திரம் பழம் வேகவைத்துச் சாப்பிடுவார்கள். பழத்தை உரிக்காமல் முழுசாகக் கத்தியால் நடுவில் கோடு போட்டு குக்கர் (அ) இட்லித் தட்டில் வைத்து வேகவைக்கவும். வெயிட் வேண்டாம். மணம் வரும். ஆறின பின் தோல் உரித்து வெந்த பழத்தைத் தின்னவும். அதில் அதிகம் கால்சியம் உண்டு.

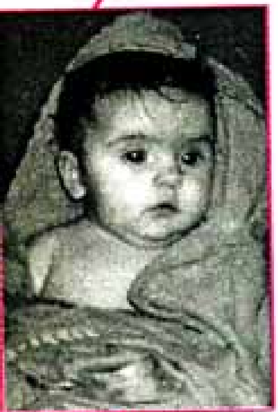
- உமா சங்கர்

பல பருப்புக் கிச்சடி

து. பருப்பு, பயத்தம் பருப்பு, கடலைப் பருப்பு இவை ஒவ்வொன்றும் 1 டேபிள் ஸ்பூன்,
உடைத்த சம்பா கோதுமை - 6 டேபிள் ஸ்பூன்,
காரட், பீன்ஸ், உருளைக்கிழங்கு, பட்டாணி, முள்ளங்கி, பீட்ரூட், இவை எல்லாமாக - 1 கப்,
பெரிய வெங்காயம் - 2,
பச்சை மிளகாய் - 2,
இஞ்சி - 1 சிறு துண்டு,
சிறிது எலுமிச்சைச் சாறு,
கறிவேப்பிலை, கொத்துமல்லி - சிறிது,
கடுகு, உப்பு - தேவையான அளவு.



தொட்டில் குழந்தைகள் வேண்டாமே!





மங்கையராய்ப் பிறந்தோம்
மாதவம் செய்து அல்ல!
சில வீடுகள் தொட்டிலின்
வருகைக்காய் காத்துக் கிடக்கின்றன...
பல அரசுத் தொட்டில்களிலோ
தினந்தோறும் பெண் சிசுக்கள் பூத்துக் கிடக்கின்றன!
சித்திரத்தில் சிரிக்கின்றோம்
திரைகளில் மின்மினியாய் ஜொலிக்கின்றோம்!
உண்மையில்
பாரமாய் ஓர் ஓரமாய் உயிர் வாழ்கிறோம்
பூமித்தாயே!
பெண்கள் மட்டும் உனக்கு பாரமா?
பெண்களை உண்மையில் போற்றுவோம்!
உரிமையாய்க் கொண்டாடுவோம்!

- ரம்யா செந்தில் சண்முகம்

எண்ணெய் - 3 டேபிள் ஸ்பூன்.

செய்முறை :

மூன்று பருப்புகளையும் கழுவிக் காய்களுடன் 2 தம்ளர் தண்ணீரில் வேக விடவும். பிறகு மேலும் சிறிது தண்ணீர் சேர்த்து அதில் சம்பா ரவையையும் கலந்து வேகவிட்டு இறக்கி வைத்து உப்பைப் போடவும். ஒரு கடாயில் எண்ணெய் விட்டு அதில் கடுகு, போட்டு வெடிக்க விடவும். பிறகு, வெங்காயம், கறி வேப்பிலை, பச்சை மிளகாய், இஞ்சி சேர்த்து பொன்னிறமாக வதக்கி கிச்சடியில் சேர்த்துக் கலக்கவும்.

எலுமிச்சைச் சாறும் சேர்த்துக் கிளறிப் பரிமாறவும். தொட்டுக் கொள்ள தயிர் நன்றாக இருக்கும். இதில் எல்லா சத்துக்களும் சேர்ந்துள்ளபடியால், கர்ப்பிணிப் பெண்ணுக்கு நல்ல ஊட்டம் தரும்.

கொய்யா நெல்லி ஜூஸ் :

காலை 11 மணியளவில் அருந்த மிகவும் சுவையான பானம் இது. வைட்டமின் 'சி' சத்து நிறைந்தது.

தேவையான பொருள்கள் :

கொய்யாப்பழம் (அரைப் பழமாக இருந்தாலும் போதும்) - 2
நெல்லிக்காய் பெரியது - 2,
குடிநீர் - 1 தம்ளர்,
சர்க்கரை அல்லது கருப்பட்டி - 4 டேபிள் ஸ்பூன்,
சுக்குப்பொடி அரை டீஸ்பூன் அல்லது இஞ்சித் துண்டு,
எலுமிச்சைச் சாறு, புதினா இலைகள் - 1 டீஸ்பூன்.

செய்முறை :

கொய்யாப்பழத்தை பெரிய துண்டுகளாக்கவும். நெல்லிக்காயைக் கொட்டை எடுத்து விட்டு இவற்றைக் குடிநீருடன் சர்க்கரை அல்லது கருப்பட்டி இஞ்சியும் சேர்த்து மிக்ஸியில் இட்டுக் கூழாக்கி வடிகட்டவும். பிறகு அதில் எலுமிச்சைச் சாறும் புதினா இலையும் கலந்து அருந்தலாம்.

- உத்ரா

தாய்மை வெல்க!
அக்டோபர் 2005

முத்துக்கள் மூன்று!



ஒரே பிரசவத்தில் மூன்று பெண் குழந்தைகளைப் பெற்றெடுத்த ஓர் இளம்தாயின் அனுபவம்...

எல்லாப் பெண்களையும் போன்று நானும் தாய்மை அடைந்ததை எண்ணி மகிழ்வுற்றிருந்தேன். மருத்துவரின் ஆலோசனையின்படி கருவுற்ற மூன்றாம் மாதத்தில் ஸ்கேன் செய்து பார்த்ததில் இரட்டைக் குழந்தை என்பது தெரியவந்தது. மட்டற்ற மகிழ்ச்சியுடன் இருந்தோம். முதல் முறையாக கருவுற்றதால் ஒரே நேரத்தில் வேலை முடிந்தது என நினைத்தேன். ஐந்தாம் மாதத்தில் சென்னையின் மிகப் பிரபலமான ஸ்கேன் சென்டரில் ஸ்கேன் செய்தோம். அங்கு கூறிய செய்தி எங்களுக்கு மிகவும் அதிர்ச்சியாகவும், ஆச்சர்யமாகவும் இருந்தது. கருவில் இருப்பது டிரிப்லெட் என்று அதாவது மூன்று குழந்தைகள் என்று கூறினார்கள். ஆனால் குழந்தைகள் எவ்விதக் குறைபாடுமின்றி இருப்பதாகக் கூறினார்கள். குறைபாடுகளில்லை என்பது குறித்து மகிழ்ச்சி என்றாலும் டிரிப்லெட் என்றதும் மிகவும் பயமாக இருந்தது.

அடுத்தடுத்து மாதா மாதம் டாக்டரிடம் செக்-அப்புக்குச் சென்ற போது குழந்தைகள் நன்றாக இருப்பதாகக் கூறினார்கள். ஆனால் எங்கள் குடும்பத்தார் பிரசவம் எப்படி நடக்குமோ என்பது குறித்து மிக்க கவலை கொண்டனர். பொதுவாக டாக்டர் ப்ரிமெச்சூர் டெலிவரியாகும் என்று மட்டும் கூறினார்.

மங்கையர் சக்தி மகத்தான சக்தி
மங்கையர் மலர் வெள்ளிவிழா

தாய்மை வெல்க!

அக்டோபர் 2005

மூன்று தலைமுறையும் முத்துக்கள் மூன்றும்!

* விஜயலட்சுமி, அவரது மகளும், பேரக் குழந்தைகளும்...





கால்ஷியம், அயர்ன் மாத்திரைகளையும் எடுத்துக் கொண்டேன்.

இத்தனை போஷாக்கிற்குப் பின் 30வது வாரத்தில் குழந்தைகள் பிறந்தனர். (எடை 1.90 கிலோ, 1.24 கிலோ, 1.32 கிலோ) மூன்றும் பெண் குழந்தைகள். 5 மாதங்கள் குழந்தைகளுடன் சேர்ந்து இருந்தேன். பின் என் கணவரின் பணி காரணமாக ஒரு குழந்தையை அம்மா வீட்டிலும் மற்றொரு குழந்தையை மாமியார் வீட்டிலும் விட்டு விட்டு, ஒரு குழந்தையுடன் கர்நாடகாவுக்குச் சென்று விட்டேன். அவ்வப்போது வந்து குழந்தைகளைப் பார்த்துக் கொள்வோம். எங்கள் குடும்பத்தின் ஒத்துழைப்பால் குழந்தைகள் மகிழ்ச்சியுடன், எல்லா நலனும் பெற்று வளர்கின்றனர்.

டிரிப்லெட்ஸ் என்று தெரிந்தவுடன் என் பெற்றோர் சென்னைக்கே வந்து என்னைக் கவனித்துக் கொண்டனர். காலை எழுந்தவுடன் ஹார்லிக்ஸில் ஆரம்பித்தால் டயட் இரவு படுக்கைக்குப் போகும் வரை வரிசையாக இருக்கும். அந்த அளவுக்கு அம்மாவும், கணவரும் கவனித்துக் கொண்டனர். (காலை 6.00 மணி ஹார்லிக்ஸ், 8.00 டிபன், 10.00 பழச்சாறு, 12.00 முளைகட்டிய கொத்துக்கடலை, 1.30 சாப்பாடு, கீரை, காய்கறி, 4.00 மாதுளை, 5.00 ஹார்லிக்ஸ், 7.30 டிபன். 9.00 மணிக்கு ஏதாவது பழம் + பால்) இத்துடன் டாக்டர் கூறிய

- எழிலரசி முத்துக்குமார்



மணமகள் தேவை

◆ ஐயங்கார், வடகலை, ஆத்ரேயம், விசாகம் 2ம் பாதம், **M.D. (Alternative Medicine Siddha)** 30 வயது, 5.6', வரனுக்கு தகுந்த பட்டதாரி மணமகள் தேவை. ஃபோன்:044-2276 1912 பெட்டி எண் : 11704

◆ ஐயர், வடமாள், கௌதம ஹரஸ்தம், 28 வயது, 5.9', பி.காம்., தனியார் ரூ. 8000/- பணியிலுள்ள பையனுக்கு தகுந்த பட்டதாரி மணமகள் தேவை. ஃபோன்:044-2247 3612 பெட்டி எண் : 11705

◆ ஐயர், அஷ்டசகஸ்ரம், புனர்பூசம், ஆத்ரேயம். 35/165 செ.மீ., **CA/ICWA** தனியார் நிறுவனத்தில் வேலை, சட்டப்படி விவாகரத்தானவர், ஓரளவு படித்த மணமாகாத பெண் தேவை. எதிர்பார்ப்புகள் இல்லை. ஃபோன்: 044-2471 1064/5261 4684. பெட்டி எண் : 11706

◆ ஐயர், வடமாள், பாரத்வாஜ கோத்திரம், சதயம், 39, 5.6, **MA, CAIIB,** வங்கியில் பணி புரியும் சட்டப்படி விவாகரத்தான வரனுக்கு படித்த குடும்பப்பாங்கான பெண் தேவை. எளிய திருமணம். பெட்டி எண் : 11707

◆ **Iyer, Vadamal, Koundinya, Kettai, 47, Govt. Officer, innocent legal divorcee, issueless, sc _ks homely girl. Contact with horoscope Ph :98414 66641 Box No. 11708**

◆ ஐயர், அஷ்டசகஸ்ரம், பாரத்வாஜம், திருவாதிரை, 1962, 165 செ.மீ., பி.எஸ்ஸி., சி.ஏ.ஐ.ஐ.பி. அரசு வங்கி ஆபீஸர் (தற்சமயம் மும்பையில்) பையனுக்கு தகுந்த பட்டதாரி பார்க்க இலட்சணமான பெண் தேவை. உட்பிரிவுகள் சம்மதம். ஜாதகம் மற்றும் சமீபத்திய முழு சைஸ் கலர் புகைப்படத்துடன் விண்ணப்பிக்கவும். ஃபோட்டோ திருப்பி அனுப்பப்படும். பெட்டி எண் :11709

◆ ஐயர், வடமாள், ஹரித கோத்திரம், கேட்டை 33, 6.2, பி.காம்., ஏ.சி.ஏ ஆடிட்டர்.சென்னை. 25.000/- மாத வருமானம், சட்டப்படி விவாகரத்து ஆனவர்க்கு தகுந்த மணமகள் தேவை. ஃபோன்: 2493 4146 பெட்டி எண் : 11710

◆ **Vadamal, 1971, 173, M.Sc., PGDCIP, Revathi, Haritham, Quality Controller Pharma (Trying abroad for jobs) seeks girl, PG Teacher Professionals. 044-2224 2498/94440 78996 lakshmi_ggl@yahoo.com Box No. 11711**

◆ அன்பான உள்ளமும், தெய்வீகச் சிந்தனையும், புரிந்து கொள்ளும் பண்பும் உடைய, திருமணமாகாத 43 வயது வெள்ளார் மணமகனுக்கு மணமகள் தேவை. ஜாதி, மதம், ஜாதகம், படிப்பு, வேலை, வசதி, அழகு முக்கியம் அல்ல. விதவைகளும், வெளிநாட்டில் வசிப்பவர்களும் அணுகலாம். மேல் உள்ள அதே குணமுடைய மணமகள் மட்டும் தேவை. உடன் தொடர்பு கொள்ளவும். பெட்டி எண்: 1171? மொபைல்:(0)93600 51772.

◆ **Iyer, Tamil Innocent Legal Divorcee, Marriage not consummated Koundinyam, Revathi, June 1974, Brahacharanam, BA, PGDCA, MNC Bangalore, 25,000/- pm, fair, good-looking, handsome slim 5.6', seeks suitable homely bride reply with BHP Box No. 11713**

◆ பிராமின், வடமாள், பாரத்வாஜம், சித்திரை, வயது 43, 180 செ.மீ., தனியார் கம்பெனி, ரூ. 16,000/- சட்டப்படி விவாகரத்தானவருக்கு (குழந்தை இல்லை) படித்த பெண் தேவை. ஜாதகம் போட்டோவுடன் அனுப்பவும். email: **gurusant2005@yahoo.co.in Box No. 11714**

◆ **Tanjavur Iyer, Swati, Vadamal, Srivatsa, 1972, 168 cms, Diploma in Civil Engineering employed in Uganda, Parents not alive, seeks alliance from educated girl of decent famil:. Box No. 11715**

◆ **Kerala Iyer, Poosam, Brahacharanam, Koundinya, Shudha Jatakam, 1974, 5.10', Government Service at Chennai, B.Com., Mother not alive good looking boy seeks educatec preferably employed girl from decent family. Box No. 11716**

அறிவிப்பு : திருமணமலர் பகுதிக்கு வருகின்ற விளம்பரங்களில் மங்கையர் மலரின் கோட்பாடுகளுக்கு இசைவில்லாத வார்த்தைகள் இடம்பெறுமானால் அதனை மாற்றவோ நீக்கவோ, ஆசிரியருக்கு உரிமையுண்டு.

◆ Madhwa Desistha Marathi, Kashyapa, Pooratadhi, 29/166, M.B.A. Finance Executive, Chennai seeks graduate from same sector, non-vishwamitra, preferably employed bride. Contact : 044-22590787. Box No. 11717

◆ Iyer, Ashtasahasram, Handsome, Aswini-4 26/175cm, Rs. 55,000 p.m. in Sharjah Technically qualified & Trained by L &T 4 years (Earth moving Hydraulic Technician) seeks good-looking Brahmin girl qualified preferably employed. Subsect no bar. (Boy coming Nov. end) Ph : 044-2479 0095 Box No. 11718

◆ Iyer,Vadama,Kousigam,Thiruvonam,29 years, 5.4', +2, working in Central Govt. Belgaum, Rs. 10,000 p.m. seeks good-looking homely bride, having Rahu and Kethu 2nd and 8th place in horoscope. Contact : Ph : 2745 7849 (022) cell:09869380716 Box No. 11719

◆ Iyer, Vathima, Tharakayam, Uthiradam, 24/5.6', Rs. 40,000/- p.m. B.E. (M.S) Senior Software Engineer, MNC Bangalore, seeks professionally qualified, well employed tamil Brahmin girl. Box No. 11720

◆ வடகலை, அஸ்வினி, 39, ஸ்ரீவத்ஸம், AAO, AGS Office, 18000 p.m. சட்டப்படி விவாகரத்தான வரனுக்கு தகுந்த படித்த, பணியில் உள்ள/பணியில் இல்லாத பெண் தேவை. (கணவரை இழந்த, குழந்தை இல்லாத பெண்களும் விண்ணப்பிக்கலாம்) ஃபோன்:044-2472 1043 பெட்டி எண்: 11721

◆ Vadamal Iyer, Athreya,Visagam 4th, 38, B.Com., 6000/- Steel Plant Chennai seeks +2 good-looking homely girl. Legally divorced can also apply. Box No. 11722

◆ Palghat Iyer, Vadama, Kousikam, Moolam, 35, 5.10', B.Sc., PGDGA, (MBA) Software Co., 25,000/- fair, seeks graduate girl below 31 good-looking, home loving, K.S. Krishnan, (044) 2495 3705. Box No. 11723

◆ Iyer, Vadama, Srivatsam, Poosam, 29, B.Com., (MBA) Working in Pub. Ltd. Co., Chennai Own Flat, seeks suitable graduate girl. Contact : A.N. Ramachandran, Ph : 2474 4115/94440 64115 Box No. 11724

◆ Tanjavur, Vadama, Iyer, Srivatsam, Anusham, 5.8', fair, Good-looking 30 years, B.Com., M.C.A., GNIIT, PG.Dip. in Taxation & Law 20,000/- + per month. Contact Ph : 044-52172181/0422-2315287/080-2360 6966. Box No. 11725

◆ ஐயர், வடமாள், வாதூலம், மகம், 32, 5.11', எஸ்.எஸ்.எல்.சி. சொந்தத் தொழில், மாத வருமானம் ரூ. 15,000/- சென்னை அதே இனத்தில் நல்ல மணமகள் தேவை. எதிர்பார்ப்பில்லாத எளிய திருமணம். தொடர்பு : எஸ். பஞ்சநதீஸ்வரன், 24933667, 2495 1553, 2495 3765 பெட்டி எண் : 11726

◆ Iyer, Brahacharanam, Bharathwajam, Aayilyam I padam, 27/178, B.Sc., M.C.A. Software Engineer, MNC, Chennai, seeks well qualified Vadamal/Brahacharanam girl from decent family. Ph: 044-2265 4132 Box No. 11727

◆ ஐயர், பிரஹசரணம், காஸ்யப கோத்திரம், பூசம்-3, 5.8', வயது 30, சுத்த ஜாதகம், DEEE, BCA, DCS, PDCA, ADCHM, தனியார் கம்பெனியில் சேல்ஸ் எக்ஸிகியூடிவ் வரனுக்கு, படித்த வேலைக்குச் செல்லும்/செல்லத் தகுதியுள்ள பெண் தேவை. ஃபோன்: 04298/244681 பெட்டி எண் : 11728

◆ Iyer, Vadama, Naithrupakasiba, Hastham, 1977, 180, 25,000, M.Sc., HDSE, Chemical Company, Handsome, clean habits seeks, Vadamal, Godfearing, Graduate girl. Tel:04364-221976. Reply Box No. 11729

◆ Iyer,Vadamal, Kowsiham, Krithigai-2, fair, 34/175cm, B.Sc., working Chennai, US based company seeks suitable bride. Suddha Jathagam, Send B.H.P. Phone : 044-2233 0295 Box No. 11730

◆ Iyer, Vadamal, Bharathwajam, Poorattathi-2, Suddha Jadhagam, 33/167 cm, B.Com., Sr.Accts Exec. M.N.C. Bangalore, 25,000 p.m. clean habits, seeks employed/unemployed graduate good looking girl. Age : 26-31. Subsect no bar. Contact : 044-2371 9055. Box No. 11731

◆ Thanjavur, Vadamal, Haritha, Uthirattadhi, 38/167, B.Sc., CA/ICWA (final) Emp. in Pvt. Co., with clean habits and Pious nature seeks suitable bride. Contact with Bio-data, Horoscope. Ph : 044-2365 0835. Box No. 11732

◆ Iyer, Bharadwaja, 38, 5.9', Non-Graduate Diploma Computers Bangalore based working Private Company monthly income 15K seeks educated homely girl. Iyengar acceptable. Phone : 080-23344243 Box No. 11733

திருமண மலர் பகுதியில் இடம்பெறும் விளம்பரங்கள் அனைத்தும் விளம்பரம் செய்பவர்களின் கையொப்பத்துடன் ஏற்றுக் கொள்ளப்படுகின்றன. மணமகள் அல்லது மணமகன் பற்றிய வயது, வருமானம், அந்தஸ்து உள்ளிட்ட இதர விவரங்கள் விளம்பரதாரர் தரும் குறிப்புகளின் அடிப்படையில் பிரசுரிக்கப்படுகின்றன. இந்த விவரங்களைக் கொண்டு தொடர்பு கொள்ளும் பெற்றோர்கள் அவை சரியான விவரங்களா என்று தனிப்பட்ட முறையில் விசாரித்து உறுதிசெய்து கொள்வது நல்லது. மேலும் வாழ்க்கைத் துணையைத் தேர்ந்தெடுக்கும்பொழுதே மருத்துவப் பரிசோதனையும் செய்து கொண்டால் பிறவிக் குறைபாடுகளுடன் குழந்தைகள் பிறப்பதைத் தடுக்கலாமே!

- பதிப்பாளர், மங்கையர் மலர், சென்னை 600 032

◆ Iyer, Bharadwaja, Legal Divorcee, 38, 5.9', MBA, CPA Green Card holder working Financial Services Company, Boston seeks educated USA based Vegetarian girl, Iyengar acceptable. Ph : 080-2334 4243. Box No. 11734

◆ Brahacharanam, Koundinya, Uthiradam, Meena Lagnam 33/166 cm, B.Com., Executive in Private Company, 10,000/-p.m. seeks suitable employed girl, subsect no bar. Box No. 11735

◆ Wanted bride for Iyengar Thenkalai, Kousigam, Punarvasu 2nd, 34, 170cms, B.Com., working in Nationalised Bank, Chennai, Legal Divorcee no encumberance seeks good-natured girl of same kalai. Box No. 11736

◆ Iyer, Vadamal, Vadulam, Mrigaseerisham, 35, 162cm, B.Com., BGL, Oracle (Fin) (MBA) symbiosis, Accounts Officer, Gaitonde. Chennai Rs. 11,000/- + perks. + Gen. Insurance Consultant Parents not alive. Own House. Seeks suitable girl. Ph : 2644 8601. cell:98417 16624. Box No. 11737

◆ Iyer, Bharadwaja Gothram, Punarpoosam, 49/6', M.Sc., Ph.D., well settled, well employed, having properties, Widower with 13 years girl, seeks suitable hale and healthy girl. Economic Status no bar. cell: 9444042555. Box No. 11738

◆ Vadamal, Gerghi, Mirugaseerisham, B.Com., 184 cms, 31 years, Accounts Assistant, Private very slight Ortho Problem in Left wrist has good income wants affectionate adjusting graduate girl. Contact Ph: 044-2817 2127 Box No. 11739

◆ Iyer, Vadamal, Koushikam, Barani, 21st Aug. '73, 175 cm, fair, B.Tech., JEE (Sap) Executive TPL (Spic) Chennai seeks bride professional/PG/employed preferable Contact Ph : 044-2484 8225 email: csankaranarayanan@rediffmail.com Box No. 11740

◆ Kerala Iyer, Brahacharanam, Parasara, Rohini, 33, DEM, doing MBA, IT Co., Boy seeks suitable girl. Ph : 044-2231 7233. Box No. 11741

◆ ஐயர், கும்பகோணம், வடமாள், கௌசிகம், விசாகம், விருச்சிக ராசி, 27/180 மாநிறம், BE, GNIIT, Software Engineer TCS (Now in USA) வரனுக்கு டிகிரி முடித்த வேலைக்குச் செல்லும்/செல்லாத குடும்பப் பாங்கான நல்ல குணமுள்ள வெளிநாடு செல்ல விருப்பமுள்ள பெண் தேவை. ஃபோன்: 044/2479 6347. பெட்டி எண் : 11742

◆ Iyer, Brahacharanam, Bharadwajam, Hastam (2) 26 years, 6 feet, B.Com., MCA employed in MNC at Chennai seeks bride. Employed girl preferred. Subsect no bar. Tel No. 044-2486 3291. Box No. 11743

◆ Tamil Iyer, Vadamal, Srivatsa, Anusham, 30/175 fair, B.Sc., (MBA) employed Reputed Company, Muscat, Executive Grade, Decent salary with other benefits seeks graduate good-looking girl. Subsect acceptable. Ph : (044) 22311800 Box No. 11744

◆ Iyer, Vadamal, Bharadwajam, Kettai, 34 5.8', 10,000 +2, employed in leading car dealing Company, seeks employed girl. Subsect no bar. Ph : 94444 04158 Box No. 11745

◆ ஐயர், பிரஹசரணம், 31, 5.4', உத்திரட்டாதி, ஆத்ரேயம், பி.ஏ. கம்ப்யூட்டர் ப்ரோக்ராமர், சொந்த சாஃப்ட்வேர் தொழில் நிறுவனத்தில் டைரக்டர், வருட வருமானம் குறைந்தபட்சம் 1.2 லட்சம். (கிரிக்கெட் விளையாட்டினால் ஏற்பட்ட பாதிப்பினால் ஒரு கண்ணில் பார்வை குறைவு. ஆனால் அடுத்தவர் பார்வைக்கு குறையேதும் தெரியாது). பையனுக்கு தெய்வ நம்பிக்கையுள்ள குடும்பப்பாங்கான பெண் தேவை. வேலைக்குச் செல்லுதல் அவசியமில்லை. ஃபோன்: 2231 6278 பெட்டி எண் : 11746

◆ Iyer, Kousika, Poorattathi, Kumbha Rasi, 30/175, B.E. (Bombay), M.S. (Canada). Software Engineer, Canada, Clean habits, Religious, Vegetarian seeks good-looking girl, professionally qualified/Post-graduate/Graduate, Soft Spoken, Good-natured, cultured, Traditional with good family background. Send horoscope Bio-data Mentioning Birth Date, Time and Place with family Details. Box No. 11747

◆ Iyer, Vadama, Bharatwajam, 43 years Bachelor, Anusham, Rs. 15,000/- p.m. seeks suitable Brahmin Bride Iyengars Welcome. Reply with horoscope and family details to Box No. 11748

◆ Iyer, Bharatwajam, Moolam, 27 years, 165 cms, MS, Architecture, working in USA seeks girl studying/working in USA. email:joth136@yahoo.com Ph : 040-2712 5543. Box No. 11749

◆ Vadama, Vathula, Hastam, 30/178, M.Sc., M.S. working in USA seeks brides qualified,

employed, good looking, kamatchi_srediffmail.com Ph No. 044-2618 3431 Box No. 11750

◆ Vadagalai Iyengar, Srivatsa, Aswini, 28, Senior Plant Engineer, Near Tiruchi seeks suitable graduate bride. Raghu in Lagnam is preferred. Contact : C. Kannan, Phone : 044-24710488, Chennai - 33. Box No. 11751

◆ Welcome Hindu bride 30-45 years details visit Tamil Matrimony.com profile ID M 394268 Contact : oom_madurai@yahoo.com Box No. 11752

◆ Iyer, Bharadwajam, Poosam, 31/174, fair, handsome, B.Tech(IIT), MS(USA), very successful Senior Manager at top Bangalore MNC, clean habits, handsome, brief marriage legally divorced, seeks good-looking Brahmin girl good family. Send Biodata, photos to Box No. 11753 gandhi_ramana@yahoo.com.

◆ Tamil Iyer, Vadamal, Srivatsam, Brothers Elder 42, Anusham, Graduate, Employed in TVS, Madurai, Younger 37, Tiruvonam, Graduate Officer, Nationalised Bank, Chennai, Contact : V. Natesan, Ph No. 0452-2682673. Box No. 11754

◆ ஐயர், வடமாள், ஸ்ரீவத்ஸம், விசாகம்-4, சுத்த ஜாதகம், 27/171 செ.மீ., பி.எஸ்ஸி., எம்.சி.ஏ. பன்னாட்டு நிறுவன வங்கி, சென்னை மாத வருமானம் ரூ.20,000/- பணிக்குச் செல்லும் பட்டதாரி/முதுகலை பட்டதாரி மணமகள் தேவை. ஃபோன்:2467 0759/9840618366. பெட்டி எண் : 11755

◆ Alliance invited for Iyer, Vadama, Haritha, 30, B.Com., 180, Own Business, fair, Punarpoosam from affluent family, home loving fair graduate girls reply. Ph :2434 6964. Box No. 11756

◆ ஐயர், வடமாள், பாரத்வாஜம், பூரம்1-ம் பாதம், 25/6' எம்.பி.ஏ., நல்ல வேலை, லக்னத்தில் கேது, 7ம் இடம் ராகுவும் உள்ள நல்ல அழகான பையனுக்கு, அதே மாதிரி பொருத்தமுள்ள மணப்பெண் தேவை. தொலைபேசி எண் : 22264542. பெட்டி எண் : 11757

◆ Iyer, Vadama, Athreya, Thiruvathirai, March 1963, 167 cm, D.E.E. Own Business, Bachelor, with good health, seeks any Brahmin, Pure Vegetarian, good hearted, Broadminded good family background bride. (Widows/Physically Handicapped girl also welcome). Send BHP. Box No. 11758

◆ **Kousika, Krithigai, Suddha Jadagam, 29/174 fair, B.Com., PGDGMT, MBA, Manager in Garment Industry, Bangalore, seeks fair, slim, well educated employed girl. email:chariharan143@yahoo.com Mobile: 9845856360. Box No. 11759**

◆ வடமாள், பாரத்வாஜம், திருவாதிரை, 5.10' 25.6.79, B.Tech(IIT) MS(US) அமெரிக்காவில் பணிபுரியும் இந்தியாவில் செட்டில் ஆக விரும்பும் பையனுக்கு அழகான நல்ல நிறமுள்ள பிஈ/பிஜி படித்துக் கொண்டிருக்கும் ஜூலை 82லிருந்து பிறந்த 5.3'க்கு மேல் உள்ள மணமகள் தேவை. போட்டோவுடன் விண்ணப்பிக்கவும். ஃபோட்டோ திருப்பி அனுப்பப்படும். எ.எஸ். முரளி, 044-2471 3489, Tamil Matrimony M553939. Box No. 11760

◆ Iyer, Vathima, Bharadwajam, Sathayam, 1972/165cm, B.Com., CA (Final), ICWA (final) boy employed in Dubai, good salary, seek qualified good looking girl. Send horoscope, details. Ph : 0431-2482902. Box No. 11761

◆ Madhwa Kannada, Aruvelu, Vasistha, 29/165cms, Pooratadhi, Self employed Rs. 12,000/- p.m. seeks girl. Contact : 044-26431023, 52020059, 52602059, 9444074416 or Box No. 11762

◆ Vadamal, Chandilya, Magam, 41/165, Legal Divorcee in good position in Private Company in Aurangabad/Maharashtra seeks girl from a good family background, preferably graduate. Box No. 11763

◆ Iyengar Thenkalai, Athreya, Visakam, 32, 175, B.E., MBA, Project Manager, MNC, Hyderabad, Legal Divorcee within a month. seeks fair, graduate Spinster. Kalai no bar. Cell:9444354881. Box No. 11764

◆ Madhwa Desistha, Koundinya, Sadhayam, 40/175 Graduate, Handsome, Industrial Photographer from affluent & well to do family seeks good-looking graduate bride from Madhwa/Smartha/Iyer Box No. 11765

◆ Iyer, Vadama, Srivathsa, Krithigai, 45 (B.A.) employed Govt. seeks good-looking unmarried girl employed/unemployed 8000/- Owning small house. Also for unmarried Brother Srivathsa Aswini, College Teacher M.Phil 52/15,000. Box No. 11766

◆ Iyer, Kousikam, Swathi, 37, B.Com., Working in a Private Firm in Mumbai, 8000/- p.m., seeks alliance for girls Graduate, working or willing to work. Contact No. 022-56002156. Box No. 11767

◆ Tamil Iyer, Vadama Srivatsam, Mirugaseersham, M.Com., MBA, 32/180, Accounts Officer MNC Rs. 20,000/- seeks decent family Oriented girl. Ph :044-24991562. Box No. 11768

◆ Iyer, Vathima, Haritha, Kettai, 29/166, B.Tech., MS, Ph.D (USA) working New Jersey (USA) seeks professionally qualified girl. Vaidyanathan, New No. 6/4, Mahalakshmi Street, T. Nagar, Chennai - 600 017. Ph : 24334291.

◆ ஸ்மார்த்த கன்னடம், அறவத்த ஒக்கலு, ஸ்ரீவத்ச கோத்திரம், உத்திராடம் நட்சத்திரம் முதல் பாதம், வயது 31, உயரம் 5.7', நிறம் சிவப்பு, எம்.எஸ்ஸி., (கெமிஸ்ட்ரி) நவிமும்பாயில் ஆங்கில மருந்து தயார்

திருமண மலர் - விளம்பரக் கட்டண அறிவிப்பு

திருமண மலர் விளம்பரக் கட்டணம் முதல் 30 வார்த்தைகளுக்கு ரூ. 400/- அதிகப்படியான வார்த்தை ஒவ்வொன்றுக்கும் ரூ. 15/- வண்ணத்தில் 'ஹைலைட்' செய்ய ரூ. 100/- கூடுதலாக அனுப்பவும். கட்டணத்தை நேரில் ரொக்கமாகவோ / சென்னை காசோலையாகவோ/ வெளியூர் டிமாண்ட் டிராப்டாகவோ 'மங்கையர் மலர்' என்ற பெயரில் எடுத்து அனுப்பலாம்.

இந்த இதழில் பிரசுரமாகும் பெட்டி எண் விளம்பரதாரருக்கு பதில்கள் அனுப்ப கடைசி தேதி 10/11/2005. பதில்கள் அனுப்ப வேண்டிய முகவரி : பெட்டி எண் : .... C/o மங்கையர் மலர், 47, ஜவாஹர்லால் நேரு சாலை, ஈக்காடுதாங்கல், சென்னை - 600 032.

செய்யும் கம்பெனியில் எக்ஸிகியூடிவ் அனலடிக்கல் கெமிஸ்ட்டாக மாதம் 30,000/- சம்பளம் பெறும் பையனுக்கு பட்டதாரி மணமகள் தேவை. என். சுப்பிரமணியன், எண் 40, ராஜாஜி தெரு, சாத்தூர் - 626 203. விருதுநகர் மாவட்டம். தொலைபேசி :95-04562-264222.

◆ ஐயர், வடமாள், சங்கிருதி கோத்திரம், அனுஷம், 39 வயது, எம்.ஏ., எம்.பி.ஏ., படித்த தனியார் மருத்துவமனையில் வேலை பார்க்கும் பையனுக்கு வேலைக்குச் செல்லும்/ செல்லாத படித்த மணமகள் தேவை. விதவை, விவாகரத்தானவர் மன்னிக்கவும். மிஸஸ். கிருஷ்ணசாமி, 64 கிரி ரோடு, சீனிவாஸபுரம், தஞ்சாவூர்.

◆ **Iyer, Ashtasahasram, Bharatwajam, Magam, 29, 5.10', M.B.A. Own Business, Rs. 25,000/- Own House, Seeks graduate/P.G. Girl, Subsect accepted, Ramaswamy, 997, 40th Cross St., Thiruvalluvar Nagar, Thiruvanmiyur, Chennai - 600 041. (2442 3525, 98407-54267).**

◆ **Wanted bride for Vadagalai Iyengar, Bharatwajam, Pooram, Dec. 1971, B.E. Rs. 14,000/- Mly. clean habits, employed in Pvt. Concern Hyderabad, Contact : L. Sripriya, 044-2637 2493. 17/6 T.N.H.B. Thirumullaivoyal, Chennai - 62.**

◆ ஐயர், வடமாள், பாரத்வாஜம், அ) ரோஹிணி-4, 38, பிகாம்., 5.8' சொந்தத் தொழில் ரூ. 10,000/- ஆ) கார்த்திகை-1, 35, பி.எஸ்ஸி., 5.9', தனியார் ரூ. 8000/- குடும்பப்பாங்கான மணமகள் தேவை. மீனாக்ஷி சுந்தரா சாஸ்திரிகள், நிருபா Flats, சம்பங்கி ரெட்டி தெரு, மேற்கு மாம்பலம். செல் : 98406 64360.

◆ **Iyengar, Vadakalai, Kutsa Gothram, Aswini, 39, 5.8', B.Com., MFM, Working in MNC as Regional Manager, 50,000 p.m. Requires Suitable Iyengar girl. Mrs. Saroja Varadarajan, New 12 Old 20, Second Street, TNGO Colony, Nanganallur, Chennai - 600 061. Phone : 044-22318989.**

◆ பிரஹசரணம், பாரத்வாஜம், திருவோணம், 36, 6.1', **Diploma Civil Engineering, Business in Computer Peripherals of Hewlett Packard,** மாத வருமானம் ரூபாய் ஐம்பதாயிரம், கார், வீடு உள்ள பையனுக்கு பட்டதாரிப் பெண் தேவை. **R. Balasubramaniam, 22-114, Radhakrishna Nagar, Malkajgiri, Hyderabad - 500 047. Tel-040-2724 1635.**

◆ **ஐயர், பிரஹசரணம், கௌசிக கோத்திரம், 1) அஸ்வினி, 39, 5.5', 12,000/- 2) ஹஸ்தம், 37/5.6', 10,000/- சொந்த வீடுள்ள சகோதரர்களுக்கு தகுந்த மணப்பெண்கள் தேவை. எம்.கோதண்டராமன், 9, திருஞானசம்பந்தர் தெரு, புதுப் பெருங்களத்தூர், சென்னை - 63. ஃபோன்: 22391524.**

◆ ஐயர், வடமாள்; 32, 175செ.மீ., பி.காம்., துபாய், 40,000/- பாரத்வாஜம், மூலம் தகுந்த மணமகள் தேவை. கே. ரெங்கநாதன், 2-ஏ, சௌந்தரராஜன் நகர், முதல் குறுக்கு தெரு, கீழ்கட்டளை, சென்னை - 117. 044/ 22479826.

◆ **Iyer, Vadamal, Kousigam, Thiruvadhirai, 34/ 170cm, BCS (MBA) Manager, Pvt. Ltd., Coimbatore Salary Rs. 24,000/-p.m. seeks girl from good family Narayanan SP7, V Avenue, Ashok Nagar, Chennai - 600 083. Ph : 2474 5818.**

◆ **Sozia Vellala, BE (CS) 27/178, Nationalised Bank, IT Officer, Mumbai, Ayilyam 3rd padam, seeks fair, professionally qualified bride. 09839854621, 0517-2770451, Ekanathan, Type III/8, Sector II, Bhel Township, Jhansi (U.P) 284129.**

◆ ஐயர், வடமாள், ஸ்ரீவத்ஸம், பூரட்டாதி, 31, 7' செவ்வாய், எம்.பி.ஏ., 18,000/- தனியார் வரனுக்கு அழகான பட்டதாரி மணமகள் தேவை. எஸ். ராஜாராமன், 39/ 53 மருதநகர், வடவள்ளி, கோயமுத்தூர் - 41. ஃபோன்:0422-2425546.

◆ Iyer, Vadamal, Gerkai Uthiram, 29.07.1979, Engineering graduate working Chandigarh Monthly 30,000 seeks fair domestically trained employed Software Engineer girl Contact : 04142-236590 R. Srinivasan, 5/115 Vijayalakshmi Nagar Annexe, Koothapakkam, Cuddalore - 607 002.

◆ Iyer, Vadamal, Bharadwajam, Avittam-II, Sep. 1971, Medium fair, 165, PG in Foreign Trade, Established Private Sector in Coimbatore 30,000 p.m. well disciplined clean habits Owns Individual properties in Coimbatore seeks smart, bright, homely, middle class girl. Employment Optional. Early marriage. no demands. Genuine Replies only. Contact : 0422-5583625. Chennai 9380082849. Venkatraman, Nila Complex, 338-Gandhipuram First St Extn, Coimbatore - 641 012.

◆ Kasyapa, Brahacharanam, Pooradam3, 17.06.1973, 5.9', very fair, B.Sc., (Computer) Associate Consultant Polaris, 4 Lakhs per annum, motherless last son, very clean character, families of brother, sister well settled in Australia, Hyderabad, seeks Brahmin girl, qualified, good looking, cultured from good family, India/Abroad. Subramania Iyer, F6, Dumez Apartments, Sivapuri, Malkajgiri, Hyderabad - 500 047, Mobile : 09948093328.

◆ Iyer, Vadamal, Viswamithra, 31/5.7', Rohini, B.Com., Rs. 11,000/- per month Special Assistant Nationalised Bank, seeks suitable brides, professionally qualified/employed/PG. Subsects acceptable. G. Sitalakshmi, 5-D, Type-2 4th Block, Neyveli - 607 801. Phone : 04142-251593.

◆ ஐயர், பிரஹசரணம், சங்கிருதி மூலம்-2, 29, 6.0', சாஃப்ட்வேர் எக்ஸிகியூடிவ் இரட்டையர்களுக்கு தகுந்த மணப்பெண்கள் தேவை. தொடர்புக்கு இரா. இராமமூர்த்தி, 28சி, கல்யாண் அடுக்ககம், இரயில்வே நிலையச் சாலை, ஆலந்தூர், சென்னை - 600 016. தொலைபேசி : 22320033. அலைபேசி : 94440 75112.

◆ வடமாள், பாரத்வாஜம், திருவோணம் 3ம் பாதம், 1975, 6', M.Com., M.B.A., U.S.A. பணி விருப்பம் பி.ஜி. படித்த தஞ்சை வடமாள் 26 வயதிற்குட்பட்ட பெண் தேவை. கல்யாணராமன், 16, ஐயப்பன் கோவில் தெரு, மடிப்பாக்கம், சென்னை - 91. ஃபோன் : (044) 22476563.

◆ Vadamal, Haritham, Swathi, 47, Govt. employed settled Own House in Pune seeks employed/unemployed girl. Reply with horoscope to Raju, 4, Pradeep Apts., Kasturba Hsg Scy, Vishrant Wadi, Pune - 15. Ph : 020-26696.

◆ ஐயர், பிரஹசரணம், பாரத்வாஜ கோத்திரம், உத்திரம், மாநிறம், 33, 5.5, பி.பி.ஏ., ஐ.சி.எஃப், இரயில்வே, 8000, வரனுக்கு தகுந்த மணப்பெண் தேவை. எஸ். விஜயலக்ஷ்மி, 28, ரெட்ஹில்ஸ் ரோடு, மூன்றாவது தெரு, வில்லிவாக்கம், சென்னை - 49. ஃபோன்: 2617 0397.

◆ **Alliance invited for Iyer Boy, Vadamal, Kasyapa, Anusham, 33 years 170cm, B.E., M.S. (U.S.A.) Project Leader, M.N.C., Bangalore, Send Biodata, horoscope to Balakrishnan, 15, Third Cross Extension, Gnanaprakasam Nagar, Pondicherry - 8.**

◆ வடகலை ஐயங்கார், பாரத்வாஜ கோத்திரம், மிருகசீரிஷம், 27/165 செ.மீ., டிப்ளமோ பேப்பர் டெக்னாலஜி, தனியார் கம்பெனி, சம்பளம் 8000/- டிகிரி படித்த பணியிலுள்ள/இல்லாத பெண் தேவை. வி. ஆராவமுதன், 1342, எஸ்.பி.பி. காலனி, ஈரோடு - 638 010. ஃபோன்:04288-245672.

◆ **ஐயர், வடமாள், நைத்ருப காசியபம், ஸ்வாதி, 26, 175cm, B.E., M.S. (Germany) (M.B.A.) Siemens (Germany)ல் வேலை பார்க்கும் எவ்வித கெட்ட பழக்கமும் இல்லாத, சிவப்பான பையனுக்கு, 22 முதல் 24 வயதுள்ள B.E.,/M.E./M.C.A/ Preferably with M.B.A., படித்த குடும்பப் பாங்கான பெண் தேவை. உட்பிரிவு சம்மதம். R.S.K. Murthy, 28, Agraharam North St., Watrap, Virudunagar Dt., 626 132. Ph : 04563/288032 Chennai. 044/26582199 (Sister)**

◆ வடகலை ஐயங்கார், கௌண்டன்யம், மகம், 30/160cm, B.A. (Corp. Secy Ship) தனியார் கம்பெனி, ரூ. 7500/- டிகிரி படித்த பணியிலுள்ள/இல்லாத பெண் தேவை. ஜி. ரங்கநாதன், 20D, நாகார்ஜுனா நகர் முதல் தெரு, ரங்கராஜபுரம், கோடம்பாக்கம், சென்னை - 24. ஃபோன்:044-2481 4806.

◆ Iyer, Vadamal, Gouthama, Revathi, 1966, M.Com., FCWA, Audit Executive in a Reputed Financial Institution Mumbai. Rs. 7 Lakhs p.a. Innocent Legal Divorcee with no encumbrance needs graduate Tamil unmarried Brahmin girl, domestically trained. contact with horoscope S. Somasundaram 25C, Navagraha Colony, Vandikaran Street, Guindy, Chennai - 600 032. Ph : 2245 0562.

◆ **Iyer, Vadama, Sreevatsa, Rohini, 27/5.4', B.Tech., Marketing Reputed Indian Company, Hyderabad, 20,000 p.m. seeks P.G/Graduate good-looking girl from decent family. Reply with horoscope Bio-data. Smt. Santha Kanthan, Flat No. 409, 4th Floor, Prerana Towers, New Mirzalguda, Malkajgiri, Hyderabad - 500 047. Ph : 040-55285990.**

◆ Iyer, Brahacharanam, Athreya, Swathi, 33/170/34,000 B.Sc., Asst. Manager, Tata Indicom seeks graduate employed/unemployed girl. Contact : Natarajan, Plot 33, Seetharam Nagar, Safilguda, Hyderabad - 500 054. Phone : 040-55453344, 55 222 444.

◆ Iyengar, Vadakalai, Nithruvakashyapam, no bar. Chithirai Patham-2, 5.10', 20.02.1965 State Bank Officer, Rs. 25,000 per month. N.C. Narasimhan, 43, Jayanagar, Bairagi Pattida, T.T.D. Colony, Tirupathi - 517 501. Phone : 0877-2246456.

◆ ஐயர், வடமாள், ஸ்ரீவத்சம், பூரம், 1978, 5.6', B.E., USA (Satyam Computers) சீனியர் சிஸ்டம் அனலிஸ்ட் இடது கால் போலியோவால் மிகக் குறைந்த அளவு பாதித்துள்ளது. கலபமாக நடக்கவும், கார் ஓட்டவும் செய்கிறான். படித்த குடும்பப்பாங்கான பெண் தேவை. (சிறிது உடல் ஊனமுற்றிருந்தாலும் சம்மதம்). V.S. ஜெயராமன், A1A, CDS ரீகல்பாம் கார்டன்ஸ், வேளச்சேரி, சென்னை - 600 042. ஃபோன்: 52184034 email: vsjayaraman@hotmail.com.

◆ ஐயர், கௌதம விசாகம்-3, 32, பி.காம்., பிஸினஸ், 20,000/- வரனுக்கு குடும்பப்பாங்கான மணப்பெண் தேவை. ஜாதகம் அனுப்பவும். வி. வெங்கட்ராமன், 43/21 தானகிரியார் தெரு, ஃபோன்:04175-224715 திருவண்ணாமலை.

◆ Tanjore Vadamal, Srivatsa, Kettai, B.Com., 160cm, 30, 25,000/- Own Business, Ravi Book House, Mylapore, seeks bride with graduation, Computer & Accounts. N. Gopalakrishnan, 28, Kesava Perumal Koil (West) Mylapore, Chennai - 600 004. Res Ph : 5585 3373 off: 2461 7181

◆ ஆத்ரேய, வடகலை, 32, 5.6', 10,000 சொந்த ஸ்டேஷனரி, கடை, வீடு நிலங்கள் உள்ள வரனுக்கு குடும்பப்பாங்கான வரன் தேவை. ஃபோன்.222 45438 செல்:98840 50270 ஏ. லக்ஷ்மி நரசிம்மன், No.23, G.2 11th Street, Lakshmi Nagar, IIIrd Stage, Nanganallur, Chennai - 600 061.

◆ Iyer, Bharathwajam, Brahacharanam, Moolam, 4.2.1978, 5.6, CA, Rs. 40,000 p.m. Suddha Jathakam, Seeks suitable girl. S. Chandrasekaran, 2, LIC Road, Ceebros, Green Park Apt., Block 3, B-3, Velacheri, Madras -600 042. Phone : 2243 6477.

◆ ஐயர், வடமாள், கௌதம கோத்திரம், அஸ்வினி, 30, 5.6', பி.எஸ்ஸி., தனியார் பணி, சென்னை, 23,000 பட்டதாரி மணப்பெண் தேவை. S. Jagadeesan, B4 Shah Apts., 43, Bharathiar IInd St., Pavalanthangal, Chennai - 114. Ph : 22333571

◆ Tamil Iyer, Brahacharanam, Ashwini, Bharadwajam, 29, 160, 30,000, M.Sc., BEd., Maths Professor, International School, Delhi. seeks slim, fair, graduate girl, send horoscope Bhama Gopalan, 202, Rajgiri Apartment, B-11, Gandhi Nagar, Gwalior, M.P. Ph : 0751-2322958.

◆ Iyer, Vadamal, Ayilyam, Viswamithra, Age 38, Chennai, Rs. 11,000/- Diploma AC Mechanic Doing BBA seeks +2 or Diploma Bride. Ph : 2440 5707, 98841 15916 Address : R. Ramkumar, Door No. 9/10 Perumal Koil Street, Kottur, Chennai - 600 085.

◆ Iyer, Ashtasahasram, Bharadwajam, Kirthigai, 36, 162 cms, B.E., Master in Construction Management (NICMAR, Pune). Employed Manager, Leading Multinational Construction Company, Mumbai seeks graduate girl. Reply with horoscope Bio-data B. Satyanarayana, D-1-8 ISRO Quarters, Vikram Nagar, Bopal Road, Ahmedabad - 380 058. Tel: 079-2686 2612.

◆ ஐயர், பிரஹசரணம், ஷடமர்ஷணம், மிருகசீர்ஷம், 30, 5.11', 10,000 DME, Senior Sales Engineer, தனியார், தகுந்த மணமகள் தேவை. உட்பிரிவு சம்மதம். வி.பி. அர்த்தநாரி, N-4, ஹவுஸிங் யூனிட், சீரநாய்க்கன்பாளையம், கோவை - 641 007. ஃபோன்:0422/2431851

◆ தென்கலை ஐயங்கார், பாரத்வாஜம், பூரட்டாதி, 32, பி.காம்., (கம்ப்யூட்டர்) மேனேஜர், சாஃப்டுவேர் (MNC) ரூ.60,000/- மாத வருமானம், வில்லங்கமில்லாத குறுகிய காலத்திலேயே சட்டப்படி விவாகரத்து பெற்றவருக்கு (marital life was not consummated) தகுந்த பட்டதாரி ஐயங்கார் மணமகள் தேவை. Hariharan, 1/1, Nagarjuna Nagar 1st Street, Kodambakkam, Chennai - 600 024. Phone : 5514 3172.

◆ Thengalai Iyengar, Kousigam, Thiruvonam, 1977, 5.7', M.B.A., M.M.M. Media Relations Officer seeks Traditional cultured, Qualified Iyengar girl. Sri. S.Balakrishnan, 1431, 6th cross, 13th Main, HAL-3rd Stage, Kodihalli, Bangalore - 560 008.

◆ Wanted any Brahmin bride for Tamil Iyer, Vadamal, Naidruvakasyapa, Ashwini, 1967, 170 cm, B.Sc., Electronics MBA employed Pune Contact Flat 21, Anuradha Complex, Bhaupatil Road, Kirkee, Pune - 411 020. Phone : 020-2581 8702.

◆ Iyer, Vadamal, Naitruva Kasyapam, Aswini, 35/180cm, B.Sc., Asst. LIC Lucknow, seeks graduate employed girl. Subsect no bar. Send horoscope Sridhar B-5/3, DAD Quarters, Ulsoor, Bangalore-8. Ph :080-25567573/Mob: 09880199485.

மணமகன் தேவை

◆ Iyer, Vadamal, Kashyapam, Uthirattadhi, 27/167/MCA, H1B Visa Holder, IT professional employed USA fair, slim girl seeks suitably qualified groom. email: vindarl007@yahoo.co.UK Box No. 29163

◆ Iyer, Brahacharanam, Koundinyam, Mirugasirisham-4, B.E., 24/5.6', very fair, Mars in 7th place, aspected by Guru. Horoscopes are invited from boys India/Abroad Subsects no bar. Phone : 2495 2444. Box No. 29164

◆ Wanted Iyer/Pure Vegetarian employed groom below 29 years for Swathi, 23/160 M.Com., Slim good-looking employed girl. Father Vadama, Koundinyam, Mother A.D. Send horoscope Biodata. Phone : 044-2620 2035. Box No. 29165

◆ Telugu Brahmin, Velanadu, Gowthama, Thiruvathirai, 35/165, B.Sc., (maths) Sr. Software Engineer, 2.5 lakhs p.a. seeking decently employed bridegrooms of any Brahmin Community like Iyer, Iyengar, Telugu. Box No. 29166

◆ Iyer, Brahacharanam, Koundanya, Kettai, 24/160cm, B.Tech. (Chemical) fair good-looking bride seeks professionally qualified and well employed bride groom. S.Ramachandran, Bangalore. Phone : 080-55320686. Box No. 29167

◆ Telugu Brahmin, Mulaka Nadu, Salavasa Gothram, Arudhra2, MCA, HCL, 25, 165 cm, seeks well settled professionally qualified groom India, Abroad. Tamil Nadu based only. Send BHP, Subsect no bar. Box No. 29168

◆ இந்து வெள்ளாள் செட்டியார், உத்திராடம், வயது 27, உயரம் 5.2', எம்.ஏ. பொன் நிறமான குடும்பப்பாங்கான பெண்ணிற்கு நல்ல வேலையில் உள்ள பட்டதாரி வெள்ளான் செட்டியார்/தமிழ் பேசும் செட்டியார் மணமகன் தேவை. பெட்டி எண் : 29169

◆ Iyer, Brahacharanam, Bharadwajam, Punarpoosam, 25/144cm, B.A. Bombay based girl seeks well employed groom below 31/165cm, Mobile : 098466 10077. Box No. 29170

◆ **Iyer, Vadamal, Athreya, Swathi-4, 26/5.1' M.Sc., Microbiology, working in Bangalore seeks suitable well employed groom with clean habits. Contact : R. Ekambaram, Ph : 080-2272 1321/9886054949. email: ekrishna_v178@yahoo.co.in. Box No. 29171**

◆ Iyer, Vadamal, Srivatsam, Poosam-24/165, B.E. employed 20,000/-p.m. seeks professionally qualified well employed groom. Contact: 044-26700230. Box No. 29172

◆ **Iyer, Brahacharanam, Athreya, Mrigasirsham, 24/160, Dentist Blore seeks qlfd boy pref age bet 26-30 yrs. Subsect no bar. Box No. 29173**

◆ ஸ்மார்த்த கன்னட ஐயர், கௌசிக விஸ்வாமித்ரா, கிருத்திகை 4, 25, 170cm, B.Com., (MFC) சென்னையில் கம்ப்யூட்டர் நிறுவனத்தில் மாதம் ரூ. 7500/- ஊதியம், இடதுகை விபத்தில் இழந்த பெண்ணுக்கு பட்டதாரி மணமகன் தேவை. தமிழ், தெலுங்கு ஐயர் மற்றும் ஊனமுற்றவர் விண்ணப்பிக்கலாம். ஃபோன்: 0427-2443612. பெட்டி எண் : 29174

◆ சிங்கப்பூரில் நல்ல வேலையில் உள்ள ஐயர், வடமாள், கௌண்டின்ய கோத்திரம், சுவாதி நட்சத்திரம், பி.ஏ., படித்த 24 வயது பெண்ணுக்கு அதே நாட்டில் வேலை பார்க்கும் தகுந்த வரன் தேவை. தொடர்பு கொள்ள வேண்டிய தொலைபேசி எண் : 044-2486 7653. பெட்டி எண் : 29175

◆ **Mother Iyer, Father Pillai, MCA, S/W MNC, Bangalore, Chadhayam, 26/5.3', fair, learnt Carnatic Music, Pure Vegetarian Broughtup in Brahmin Culture seeks well employed Professionally qualified grooms, Send Bio-data and Horoscope. Tamil Matrimony.com.M463755. Box No. 29176**

◆ Iyer, Ashtasahasram, Vathulam, Thiruvathirai, June 1980, 5.4', B.Tech., (Chemical) L & T Bombay seeks professionally qualified Mumbai employed Boy with good salary. Subsect no bar. Tel : 044-2656 4098 email: sgnpty@yahoo.co.in Box No. 29177

◆ Tamil Iyer, Brahacharanam, Koundinya, Moolam-4, 25 years, 5.4', fair, B.Com., CA Inter employed girl seeks professionally qualified CA/BE, well employed boys below 30 years. Subsects acceptable. Phone : 044/2223 1253, Box No. 29178

◆ சீர்கருணீகர், சிரிஷி மகரிஷி கோத்திரம், அனுஷம், 3.8.1979, 5', எம்.காம்., இந்தி, எம்.ஏ. சிவப்பான பெண்ணிற்கு நன்கு படித்த அரசுப் பணி, தனியார் டாக்டர்/என்ஜினியர்/ஆடிட்டர்/வக்கீல் போன்ற நல்ல பணியில் உள்ள மணமகன் தேவை. உள்நாடு/வெளிநாடு சம்மதம். பெட்டி எண் : 29179

◆ Iyer, Vadamal, Koundinyam, Thiruvonam, 24/5.5', B.E. MNC Software Chennai 2.5 lakhs seeks well employed boys from respectable family age upto 30 years. Ph : 044-22234403. Box No. 29180

◆ Vadamal, Koundinya, Avittam, August 1980, 153 cms, M.Sc., Post-graduate, Very fair, homeloving girl seeks professionally qualified

நவம்பர் மாத இதழுக்கான திருமண மலர் விளம்பரங்கள் எமது அலுவலகத்திற்கு வந்து சேர வேண்டிய கடைசி தேதி : 5.10.2005

well settled boy born after 1975. 09849996485, 04027817818. Box No. 29181

◆ Vadama, Koundinyam, July 82, 157 cm, fair, BCS, MFM, MNC Bank Rs. 10,000/- p.m. seeks professionally qualified, well employed groom within 29, Ph : 24840669 Cell:98414-11009. Box No. 29182

◆ Tamil Iyer, Vadamal, Koundinya, Bharani, September, 1982, 5.3', M.Sc., IT seeks professionally qualified well employed groom below 28 years from respectable family with clean habits. Phone : 044-2495 3450 Box No. 29183

◆ Palghat Iyer, Moudhgalyam, Uthradam, 36, 5.8', Slightly limbing in Left Leg, widow with 2 years daughter seeks alliance from Brahmin boys age upto 45 with Govt/Central/Bank Job. Contact Ph : 080-26637828/9845324751 Box No. 29184

◆ Iyer, Ashtasahasram, Kousika, Hastham, 29/5.3', fair, MBA, MNC, Chennai girl seeks professionally qualified employed Boy with clean habits. Ph : 044-2446 5518. Box No. 29185

◆ Iyer, Vadamal, Srivatsam, Madurai, Moolam1, 26/159 B.Sc., MCA working Software Company, Chennai seeks suitable professionally educated groom from respectable family with good habits. Box No. 29186

◆ Iyer, Brahacharanam, Srivatsam, Kettai, 26/5.3', M.Sc., (Bio Chemistry) P.G. Lecturer fair, good looking seeks well qualified, well placed (Abroad/India) Iyer groom with clean habits Ph : 0452-2629357. Box No. 29187

◆ Iyer, Kashyaba, Brahacharanam, Moolam 2nd padam, fair, good-looking, 25, 5.3', M.Com., ICICI Bank, Mumbai seeks professionally qualified, well employed boy below 30 years with clean habits. Ph : 2833 1193 and 9892709184 Box No. 29188

◆ Madhwa Deshista Koundinya, Uttratathi, 37/5.3', M.A., M.L.I.S., Wheatish, good-looking, home-loving bride seeks well qualified, employed bachelor from any South Indian Brahmin. Divorcees, widowers excuse. Box No. 29189

◆ Iyer, Brahacharanam, Bharadhwaja, Kritigai, very fair, 29/158/M.A.M.L., High Court, seeks suitable Groom. Contact : Mrs. Indra Viswanathan, 14A/11, Lotus apartments, B.B. Road, Chennai - 39. Phone : 9884319807.

◆ Tamil Iyer, Vadama, Koundanya Pushya I B.Com.,/DBM girl employed Hyderabad 23/150 seeks educated well placed preferably north based groom Contact : R. Krishnan, A10, Hemnand Apartments, Pande Layout Kharrla Road, Nagpur -440. 025. Tel. 0712-2283440. Mobile : 09422129161.

◆ Alliance invited from professionally qualified, well employed boys with clean habits age upto 30 years for Iyer, Brahacharanam, Athreya Gothram, Moolam, 25 years fair, 5.2', tall girl MBA employed at Bangalore. N. Venkatesan, 10, Shati Niwas, Katemanivali P.O., Kalyan (East) 421 306. Tel: 0251-2341234. email: venk_geetha@yahoo.com

◆ Iyer girl, Vadamal, Vadhoolam, Ayilyam second 26/160 MCA, Software Engineer MNC Chennai, Smart looking, Domestically trained seeks bridegroom. Parasuram M4 Cecri Nagar, Karaikudy - 623 004. parasugrp@rediff.com - 04565-225654.

◆ Vadamal, Srivatsam, Hastham, 25/158 MCA, Teacher, Slim, fair, pleasing seeks professional Iyer Groom in Chennai Phone : 2483 7796 (2471 6920 - Sai Sankara Matrimonials) Ms R. Malathi, 11/6, J.P. Street, W. Mambalam, Chennai - 600 033.

◆ ஐயர், வடமாள், ஸ்ரீவத்ஸம், கிருத்திகை, 5.4', 36 வயது, சென்னை தனியார் கம்பெனி 30,000/- வருமானமுள்ள பெண்ணிற்கு professional/Post-graduate நல்ல வருமானமுள்ள சென்னை/பெங்களூர் பையன் தேவை. உட்பிரிவு சம்மதம். K. Meenalochani, G-1, 55th Street, Ashok Nagar, Madras - 600 083. Ph:2489 7209.

◆ Iyer, Vadamal, Kousikam, Pooradam-4, 26/155 B.E., working in MNC seeks suitable bridegroom ganeshan_nag@yahoo.com 101 Holy Family Castle Nehru Avenue Road, Lalbagh, Mangalore - 575 003.

◆ Iyer, Brahacharanam, Kashiyapa, Punarpoosam, 24/162 B.Com., seeks professionally qualified groom below 29. Subsect no bar. Tel 0657-2282069 Srinivasan, N-94/1, Telco Colony Jamshedpur - 831004.

◆ Iyer, Vadamal, Srivatsa, Punarpoosam-2, 26/5.3', MCA, employed in Leading Computer Company, Pune. Salary Rs. 2.4 lakhs per annum. seeks beautiful groom. V.K. Murthy, 14/42, Vinobha Nagar, Near Gayathri Temple, Bilaspur - 495 004. Phone: 07752-514776.

◆ ஐயர், பிரஹசரணம், கௌசிகம், ஹஸ்தம். 11.3.82/பி.சி.ஏ., 5.2', சிவப்பான பெண்ணுக்கு தகுந்த மணப்பையன் தேவை. ராமச்சந்திரன், பிளாட் 77, கபஸ்ரீ நகர் எக்ஸ்டென்ஷன் 2 முகிலிவாக்கம், சென்னை - 600 116. ஃபோன்: 2252 3560.


காஞ்சிபுரம்
பட்டுச்சேலைகள்
கலப்படமில்லாத
அசல் தங்கம்
வெள்ளி ஜரிகை
இழைகளினால்
நெசவு செய்யப்பட்ட
உயர்தர திருமணப்
பட்டுச்சேலைகள்
பட்டு வேஷ்டிகள்
பட்டுப் பாவாடைகள்
AWARD WINNER
NATURAL SILK
காஞ்சிபுரம்
S.M.சில்க்ஸ்
சென்னை
தி.நகர் 5212177
புரசைவாக்கம் 52042232
வண்ணாரப்பேட்டை 5204951
மயிலாப்பூர் 52074454
பெங்களூர்
மெஜஸ்டிக் 22727309
சிக்பெட் 22355766
ஈரோடு 2222659
.O:146, காந்தி ரோடு, காஞ்சிபுரம், போன் : 226586

Licensed to post without prepayment under PMG's Licence No. WPP 392 / 03 - 05' Registered as a Newspaper in Srilanka

